Yaşam Kitapları

John Perry

Erteleme Sanatı*

Oyalanma, Savsaklama ve Kaytarma Rehberi

Türkçesi: Ahmet Birsen





*SEL

10. BASKI

ERTELEME SANATI*

Oyalanma, Savsaklama ve Kaytarma Rehberi

JOHN PERRY, 1943 doğumlu Amerikalı felsefeci. Stanford Üniversitesi'nde profesör olarak görev yapan Perry, mantık, metafizik, dil felsefesi ve zihin felsefesi alanlarında çalışmalar yürütmektedir.

Perry'nin bu kitapta yer alan "Structured Procrastination" (Yapısal Erteleme) adlı makalesi 2011 yılında Nobel Ödülü'nün bir parodisi olan "Ig Nobel Edebiyat Ödülü"nü almıştır. Yazarın diğer eserlerinden bazıları şunlardır: *A Dialogue on Personal Identity and Immortality* (1978), *Dialogue on Good, Evil, and the Existence of God* (1999) ve *Identity, Personal Identity and the Self* (2002).

* SEL YAYINCILIK / YAŞAM KİTAPLARI

*SEL YAYINCILIK
Kuloğlu Mahallesi, Turnacıbaşı Caddesi,
No: 17, Beyoğlu – İstanbul
Tel: (0212) 516 96 85

http://www.selyayincilik.com
e-posta: halklailiskiler@selyayincilik.com

SATIŞ - DAĞITIM:
Çatalçeşme Sokak, No: 19/1
Cağaloğlu – İstanbul
e-posta: siparis@selyayincilik.com
Tel: (0212) 522 96 72 Faks: (0212) 516 97 26

*SEL YAYINCILIK: 661
ISBN: 978-975-570-680-1
Yaşam Kitapları: 12

ERTELEME SANATI
Oyalanma, Savsaklama ve Kaytarma Rehberi
John Perry

Türkçesi: Ahmet Birsen

Özgün Adı:
The Art of Procrastination
A Guide to Effective Dawdling, Lollygagging and Postponing

Genel yayın yönetmeni: Bilge Sancı
Yayına hazırlayan: Mısra Gökyıldız
Kapak tasarımı: Gülay Tunç
Sayfa tasarımı: İklime Yılmaz

1. Baskı: Ağustos 2014
10. Baskı: Şubat 2022

Baskı ve Cilt: Yaylacık Matbaası
Fatih Sanayi Sitesi, 12/197-203
Topkapı-İstanbul, 567 80 03

Sertifika No: 44865

John Perry

Erteleme Sanatı

Oyalanma, Savsaklama ve Kaytarma Rehberi

Türkçesi: Ahmet Birsen



İçindekiler

(Bazen) epey sebatkâr olan
Frenchie'ye...

"Yarından sonraki gün de yapabileceğin işi asla yarına erteleme."

Mark Twain

TEŞEKKÜR

İki merhum dost, usta yazar Tony Burciaga ve iyi bir yazar olduğu kadar Stanford Haber Servisi'ni de uzun yıllar yönetmiş olan Bob Beyers, "Yapısal Erteleme" başlıklı denememi yayınlamaya çabalamam konusunda telkinlerde bulunan ilk kişilerdi. Beyers, *The Chronicle of Higher Education* [Yüksek Eğitim Mecmuası] gazetesini 1996'da söz konusu makaleyi yayınlamaya da bir şekilde ikna etti. Çok geçmeden, Annals of Improbable Research [Olasılıkdışı Araştırmalar Yıllığı]* dergisinin ardındaki deha Marc Abrahams denemeyi yeniden bastı. Yıllar sonra, 2011'de Abrahams'ın bir diğer icadı olan Ig Nobel Edebiyat Ödülü'ne layık görüldüm. Hackett Yayınevinden Deborah Wilkes, ki erteleme huyumdan çok çekmiştir, hazır bulunamadığım Harvard Ig Nobel ödülleri törenine katılarak benim adıma

* ABD'de 1995'ten beri yayınlanan satirik bilim dergisi. (ç.n.)

ödülü kabul etti. Epey çılgın bir etkinlik olan bu törene katılmak, onun açısından yüksek bir mizah duygusu ve cesaret gerektiriyordu, tabii törene katılmayı kabul ederken bundan haberdar olduğunu pek sanmıyorum. Torunlarımdan biri, Erin Perry, 1996'dan 2011'e dek büyümüştü ve web sayfaları hakkında her şeyi öğrenip bu çalışma da dahil birkaç deneme için bir web sayfası oluşturdu. Bu da okurlardan gelen çok sayıda ilginç tepkiye vesile oldu. Birkaç arkadaşım tüm bu malzemenin küçük bir kitapçıkta bir araya getirilebileceğini düşündü; Ig Nobel Ödülü'nün sıkı takipçisi ve şimdiki menajerim Barney Karpfinger'dan gelene dek bu önerileri ciddiye almadım. Burada ismini andığım insanların hepsine, ayrıca editörüm Margot Herrera'ya ve onun birlikte çalışmaktan zevk aldığım Workman Publishing'teki meslektaşlarına müteşekkirim. Erteleme huyum tüm aileme yük oldu, en çok da sevgili eşim Frenchie'ye, ama hepsi de bana sabır gösterdi.

GİRİŞ

Erteleme Paradoksu



İnsanlar doğuştan rasyonel hayvanlardır. İddia edildiği kadarıyla, düşünme yetimiz bizi diğer hayvanlardan ayırır; öyleyse, her eylemimizi akıl yürütme temeline dayandırarak ve bu akıl yürütmelerden yola

çıkıp olabilecek en iyi şeyi yaparak muazzam derecede mantıklı davranmamız gerekir. Platon ve Aristoteles bu ideale kendilerini o kadar kaptırdılar ki sonunda söz konusu amaca göre yaşamaktaki başarısızlığımızdan felsefi bir probleme ulaştılar: *akrasia*, yani insanların kendi yararlarına olduğunu düşündükleri şeylerin aksini yapmayı seçmesindeki muamma.

İnsanların akıl yürütmeyi ve hesaplamayı temel alıp en iyiye yönelen rasyonel varlıklar oldukları tasviri, ilk kez ortaya atıldığı eski çağlardan beri canlılığını korumaktadır. İktisat gibi daha matematiksel sosyal bilim dalları, büyük ölçüde belirli bir insan mefhumunu kerteriz alır; buna göre insanlar çoğunlukla kendi en mühim arzularını destekleyecek eylemleri temel alarak seçimler yapan rasyonel hayvanlardır. Psikoloji ve sosyoloji de dahil pek çok sosyal bilim dalının hiç de bu yönde davranmadığımıza dair öne sürdüğü sayısız kanıtı hesaba katarsak, bu epey şaşılası bir iddiadır.

Açıkçası rasyonaliteyle hiçbir derdim yok; insanın arzularını en çok tatmin şeyi yapmasıyla da, en iyisi olduğunu düşündüğü şeyi yapmasıyla da elbette. Söz konusu stratejileri çeşitli zamanlarda ben de uyguladım, ara sıra iyi sonuçlar da aldım. Ama rasyonel fail

fikrinin, bir yığın lüzumsuz mutsuzluğun kaynağı olduğunu düşünüyorum. Çoğumuzun zihni böyle işlemez; en azından benimki kesinlikle böyle işlemez. Zihnimizin mevcut işleme biçimi kötü değildir, hele ki utanç ve kederle başımızı öne eğmemizi gerektirecek kadar hiç değildir.

Bu fikir bağlamında, en önemli başarısızlığım ertelemedir. 1995'te, üzerinde çalışmam gereken bazı projelerin üzerinde çalışmadığım için kendimi berbat hissetmeye başladım. Ama sonra bir şeyler fark ettim. Bütün olarak düşünürsek, o dönem çalıştığım Stanford Üniversitesi'ne ve halen emek harcadığım felsefe disiplinine makul katkılar sağlamış ve pek çok iş başarmış bir insan olarak tanınıyordum. İşte bir paradoks. Önemli projelerim üzerine çalışmaya koyulmak yerine, bu muamma üzerine düşünmeye başladım. Fark ettim ki ben, tam da *yapısal ertelemeci* olarak nitelediğim kişiyim: başka şeyler yapmayarak pek çok şey yapan insan. Elinizdeki kitabın da ilk bölümünü oluşturan kısa denemeyi yazdım ve hemen kendimi iyi hissetmeye başladım.

Bu deneme bir süre sonra *Yüksek Eğitim Mecmuası*'nda ve satirik bilim dergisi *Olasılıkdışı Araştırmalar Yıllığı*'nda yayınlandı, ardından da kendi Stan-

ford sayfamda yayınladım. Meslekten bir felsefeci olarak, bu davranışım pek çok insana garip gelebilir. Sayısız makale ve yarım düzine kitap yazdım. Söz konusu makaleler ve kitaplar, naçizane fikrime göre, pek çok derin irfanla, engin hikmetle ve zekice analizlerle dolu olmakla birlikte özgür iradeden anlamın doğasına ve kişisel özdeşliğe değin her türden ilginç meseleye dair kavrayışımıza katkı sunuyordu. Ebeveynlerim hayatta değiller, o yüzden kendi felsefi çalışmalarımı böylesine övüp takdir edecek tek kişi de muhtemelen benim. Stanford'a öğretim üyesi olarak arka kapıdan bir kez girince –çünkü Stanford'a lisans ya da yüksek lisans öğrencisi olarak kabul edilememiştim–, akademik çalışmalarımın bütünü, felsefe öğretmeni olarak istihdam edilmeye devam etmem için kâfi gelmişti. Bu yüzden sözlerim tamamen deli saçması olamaz.

Yine de yazdığım hiçbir şey, yapısal erteleme üzerine yazdığım kısa deneme kadar okunmadı, bu kadar çok insana yararı dokunmadı –en azından kendi ifadelerine göre– ve insanların gününe neşe katmadı. Bu deneme yıllarca Google'da *erteleme* diye arama yaptığınızda çıkan ilk sonuçtu. Yazıyı Stanford'daki sayfadan alıp kendi özel siteme (www.structuredprocrastination.com) –ki böylece Yapısal Erteleme tişörtlerimi satabileyim– taşıdıktan sonra, arama motorlarının sı-

ralamasında geriye düştü, sonra tekrar öne çıktı; şimdi genel olarak erteleme hakkındaki *Wikipedia* maddesinin pek de aşağısında değil. Okurlardan her an onlarca e-posta alıyorum. Hemen hepsi pozitif, kimileri de bu denemenin epey önemli etkileri olduğunu dile getiriyor. İşte size bir örnek:

> Sevgili John,
> Yapısal erteleme üzerine denemen hayatımı değiştirdi. Şimdiden kendime dair daha olumlu duygularım var. Son birkaç ay içerisinde binlerce işi tamamına erdirdim; gerçi tüm bu süre boyunca, bu işlerin öncelikler listesinde yer edinecek kadar önemli olmadıkları gerçeğini göz önüne alarak, kendimi berbat hissettim. Ancak şu sıralar, üzerimdeki suçluluk ve utançtan müteşekkil kümülonimbüs bulutlarının dağıldığını görmeye başladım... Teşekkür ederim.

En sevdiğim e-posta ise bütün hayatını ertelemeci olarak geçirdiğini dile getiren bir kadından geldi. Söy-

lediğine göre erteleme huyu onu perişan etmiş, çünkü böyle bir karakter arızasına sahip olduğu için erkek kardeşi tarafından sürekli topa tutulmuş. Dediğine göre, benim denememi okumak, bir ertelemeci olsa da pek çok şey başarmış değerli bir insan olduğunun farkına varmasına ve kendiyle gurur duymasına olanak sağlamış. Denememi okuduktan sonra, hayatında ilk kez erkek kardeşine çenesini kapatıp kaybolmasını söyleyecek cesareti bulmuş. "Bu arada," diye eklemişti, "yetmiş iki yaşındayım ben."

Yıllar geçtikçe bu denemeye eklemeler yapmaya niyetlendim, ama, huyum olduğu üzere, savsaklayıp durdum bu işi. Yavaş yavaş, bana gelen e-postaları okudukça, derin içgözlemlere kapılarak, çok düşünerek ama az okuyarak, sonunda farkına vardım ki, yapısal erteleme mefhumunu kavramak, benim de dahil olduğum en geniş ertelemeciler çoğunluğuna yardımı olabileceğini düşündüğüm bir programın yalnızca ilk adımı. İşin garip yanı, yapısal ertelemeciler olduğumuzun bir kez farkına varınca, yalnızca kendimizi iyi hissetmekle kalmıyor, aslında işleri tamama erdirme yeteneğimizi de az çok geliştiriyoruz; çünkü suçluluk ve utanç bulutları bir kez dağılınca, yapmamız gerekenlerden bizi neyin alıkoyduğuna dair daha açık bir kavrayışa sahip oluyoruz.

Bu nedenle bu kitap, kederli ertelemeciler için bir nevi felsefi kişisel gelişim programı sunuyor. Gerçi, doğruyu söylemek gerekirse, bu önerileri bir program olarak addetmek biraz abartı olur. Ertelemecilerin atabileceği birkaç yararlı adımla işe başlayacağız. Sonrasında yine faydası dokunabilecek çeşitli fikirleri, anekdotları ve önerileri sıralayacağız. Ayrıca pek çok ertelemecinin başına musallat olan organizasyon meseleleri hakkında birkaç söz söyleyeceğim.

Herkes ertelemeci değildir, bütün ertelemeciler de yapısal erteleme stratejisini kabul ederek fayda sağlayacak değildir; çünkü erteleme bazen, gamsız felsefeden ziyade terapiyle çözülebilecek daha derin sorunların alametidir. Yine de, posta kutumdaki e-postalar bir kerteriz kabul edilebilirse eğer, pek çok insan bu sayfalarda kendini bulacak ve sonuç itibariyle kendini daha iyi hissedecek. Bunun yanı sıra ilave sürprizlerle, *akrasia, yatay organizasyon, görev triyajı* ve *sağ ayraç eksikliği bozukluğu* gibi, kendilerine de uygulayabilecekleri oldukça cazip konsept ve kavramlarla da karşılaşacaklar. Kimi okurlar daha fazlasını yapmaya da muvaffak olabilir.

BİRİNCİ BÖLÜM

Yapısal Erteleme



Aylardır bu denemeyi yazmaya niyetleniyorum. Neden sonunda yazmaya koyuldum? Nihayetinde boş zaman bulduğum için mi? Hayır. Not vermem gereken sınav kâğıtları, formlarını doldurmam

gereken ders kitabı siparişleri, hakemlik yapmam gereken bir Ulusal Bilim Vakfı yayını ve okunacak tez taslakları var. Tüm bunları yapmamanın bir yolu olarak bu denemenin üzerinde çalışıyorum. Bu tam da *yapısal erteleme* dediğim stratejinin özüdür; ertelemecileri etkili insanlara, zamanı iyi kullanıp pek çok şey başardıkları için saygı duyulan ve hayran olunan kişilere dönüştüren şaşırtıcı bir stratejidir bu, ki ben keşfettim.

(Ya da hiç olmadı bu stratejiyi yeniden keşfettim diyelim. Robert Benchley, 1930'da *Chicago Tribune*'de "İşler Nasıl Halledilir" başlıklı bir köşe yazısı kaleme almıştı, şöyle yazıyordu: "Tam işe koyulduğu anda yapması gereken işin o olmadığına koşullanarak, insan istediği kadar işi halledebilir." Alıntıdan da anlaşılacağı gibi, Benchley temel prensibi kavramıştı ve sanıyorum ki Benchley gibi ertelemeci olan başka bilge düşünürler de aynı sonuca varmıştır. Bir ara daha fazla araştırma yapacağım.)

Bütün ertelemeciler yapmaları gereken işleri savsaklar. Yapısal erteleme bu olumsuz huyu kendi yararınıza kullanma sanatıdır. Temel fikir, ertelemenin hiçbir şey yapmamak anlamına gelmemesidir. Ertelemeciler nadiren hiçbir şey yapmaz; bahçe işleri yapmak, kurşunkalemleri açmak ya da yeterli vakitleri oldu-

ğunda dosyalarını nasıl yeniden düzenleyeceklerine dair şemalar oluşturmak gibi nispeten faydalı işlerle ilgilenirler. Ertelemeciler neden tüm bunları yapar? Çünkü böyle işler daha önemli görevleri yapmamanın bir yoludur. Ertelemeciye yapması gereken yegâne iş olarak bir tek kurşunkalemleri açma işi kalsa, dünyada hiçbir güç ona kalem açtıramaz. Ertelemeci zor, zaman kısıtlaması olan ve önemli işleri yapacak şekilde motive olabilir; bunlar daha önemli görevleri gerçekleştirmemenin bir yöntemi olduğu sürece elbette.

Yapısal erteleme, kişinin yapmak zorunda olduğu işlerin yapısını, bu gerçeği kendi yararına kullanacak tarzda şekillendirmesi anlamına gelir. Aklınızda –hatta bir yerlere yazmış da olabilirsiniz– tamamına erdirmek istediğiniz, önem sırasına göre oluşturulmuş işler listesi vardır. Bunu öncelikler listeniz olarak da adlandırabilirsiniz. En acil ve önemli görünen işler listenin en tepesindedir. Ancak listenin aşağılarında icra edilmeye değer işler de vardır. Bu işleri yapmak, listenin en tepesindeki işleri yapmamanın yöntemine dönüşür. Böylesi münasip bir görev yapısıyla ertelemeci yararlı bir yurttaş haline gelir. Hatta ertelemeci, tıpkı benim yaptığım gibi, acar iş bitirici şanına bile ulaşabilir.

En kusursuz yapısal erteleme deneyimini, eşimle birlikte sorumlu öğretim üyesi olarak yerleştiğimiz Stanford Üniversitesi yurtlarında yaşadım. Akşamları okumam gereken sınav kâğıtları, hazırlanmam gereken dersler, halletmem gereken kurul işleri varken, yurtların hemen yanındaki kulübemizden çıkıp öğrenci salonuna giderdim ve öğrencilerle pinpon oynardım, odalarında onlarla sohbet ederdim ya da sadece oturup gazetemi okurdum. Kampüste lisans öğrencileriyle zaman geçiren ve onları tanıyan nadir profesörlerden biri ve müthiş bir öğretim üyesi olarak nam yaptım. Ne düzenek ama: daha önemli işleri yapmaktan kaçınmanın bir yolu olarak pinpon oynamak ve Mahmut Hoca olarak nam salmak.

Ertelemeciler genellikle tamamen yanlış bir yola saparlar. Yapacak çok az işleri olursa savsaklamayı bırakıp işleri tamama erdireceklerini varsayarak, sorumluluklarını azaltmaya çalışırlar. Ancak ertelemecinin doğasına tamamen aykırıdır bu ve onun en önemli motivasyon kaynağını yok eder. Yapılacaklar listesindeki çok az iş, tanım gereği, en önemli işlerdir ve onları tamama erdirmekten kaçınmanın yegâne yolu hiçbir şey yapmamaktır. İnsan bu yolla ancak televizyon bağımlısı olur, yararlı bir insan değil.

Tam da bu noktada, "Peki listenin en üstündeki, insanın asla yapmadığı önemli işlere ne demeli?" diye sorabilirsiniz. Kabul etmek gerekir ki, burada potansiyel bir problem vardır.

İşin inceliği, listenin en yukarısı için doğru projeleri seçmektedir. İdeal türde işlerin iki özelliği vardır. Birincisi, çok açık bir son teslim tarihleri bulunur (ama aslında yoktur). İkincisi, inanılmaz kertede önemlidirler (ama aslında değillerdir). Neyse ki hayat böyle görevlerle dolup taşar. Üniversitedeki görevlerin ezici çoğunluğu bu iki kategoriye dahildir, eminim ki diğer pek çok büyük kurum için de aynısı geçerlidir. Örneğin benim mevcut görev listemin en yukarısındaki maddeyi ele alalım. Bu madde, dil felsefesi üzerine bir derleme kitap için yazdığım makaleyi tamamlamak. Güya on bir ay önce tamamlanmış olması gerekiyordu. Bu makalenin üzerine çalışmama yoluyla inanılmaz sayıda mühim işi tamamına erdirdim. Birkaç ay önce, suçluluk duygusuyla dertlenerek, editöre, işi böylesine geciktirdiğim için ne kadar üzgün olduğumu belirten ve tekrar işe koyulmak için sahip olduğum hüsnüniyeti ifade eden bir mektup yazdım. Mektubu yazmak da, elbette, makalenin üzerine çalışmamanın bir yoluydu. Sonradan ortaya çıktı ki gerçekte progra-

mın herkesten daha fazla gerisinde değilim. Ayrıca bu makale ne kadar mühim olabilir ki? Bir noktada yapılacak daha mühim bir görev ortaya çıkmadığı sürece o kadar da mühim değil. İşte o zaman ben de bu makale üzerine çalışmaya koyulurum.

Bir başka örnek de kitap sipariş formları. Şimdi okuduğunuz bölümü haziranda yazıyorum. Ekimde epistemoloji üzerine bir ders vereceğim. Kitabevindeki kitap sipariş formlarının süresi şimdiden geçti.

Bu işi ivedi bir son teslim tarihi olan önemli bir görev olarak görmek mümkündür. (İşlerini savsaklamayan okurlarımızın dikkatini çekmek istiyorum ki son teslim tarihleri, üzerlerinden bir ya da iki hafta geçtikten sonra gerçek manada ivedi hale gelir.) Bölüm sekreterliğinden neredeyse her gün hatırlatma mesajı alıyorum, öğrenciler bana hangi kitaplardan sorumlu olacaklarını sorup duruyor ve doldurulmamış sipariş formu boş patates cipsi paketinin hemen altında, masamın ortasında öylece duruyor. Söz konusu görev, listemin en üstlerinde; hem canımı sıkıyor hem de beni başka yararlı ama görünüşte daha az önemli işleri yapmaya motive ediyor. Ancak gerçekte kitabevi, savsaklamayı sevmeyenlerin doldurduğu formlar yüzünden halihazırda epey yoğun. Kendi formumu

yaz ortasına kadar gönderirsem sorun olmaz. Önemli yayıncıların iyi bilinen kitaplarını sipariş edeceğimi biliyorum; daima böyle yaparım çünkü. Ayrıca hiç şüphe yok ki bugünle, açık söylemek gerekirse, ağustosun biri arasında bir tarihte daha önemli bir görev üstleneceğim aşikâr, ki o noktada zihnim, bu yeni görevi yapmamanın bir yolu olarak sipariş formlarını doldurmaya da hazır hale gelecek.

Uyanık okur bu noktada yapısal ertelemenin belli bir miktar kendi kendini aldatma pratiği gerektirdiğini de hissetmiştir, çünkü insan gerçekten de kendine karşı sürekli biçimde bir "saadet zinciri" suçu işlemektedir. Kesinlikle. Kişi abartılı biçimde önem atfedilmiş ve hayali zaman sınırlamalarına sahip görevleri kabul edip bunlara kendini adayabilmelidir, tabii bir yandan da söz konusu görevlerin önemli ve acil olduğuna kendini inandırarak. Sorun değil, çünkü aslında bütün ertelemeciler mükemmel kendi kendini aldatma becerilerine sahiptir. İnsanın çeşitli kusurlarının olumsuz etkilerini telafi etmek için başka bir kişilik kusurunu kullanmasından daha soylu ne olabilir?

İKİNCİ BÖLÜM

Erteleme ve Mükemmeliyetçilik



İlk bölümü okuduğunuza göre, her şey planlandığı gibi ilerliyorsa tabii, bir ertelemeci olsanız da pek çok kıymetli işi tamamına erdiren bir yapısal ertelemeci olduğunuzu fark etmişsinizdir. Yani artık ken-

dınizi hor görmeyi bıraktınız. Yine de daha az ertelemeci biri haline gelmenin yolu var mıdır diye merak edebilirsiniz. İlerleyen birkaç bölümde durumunuza uygun olabilecek ve yardımı dokunabilecek bazı fikirler geliştireceğim.

Yapısal erteleme denememi okumuş birinden ilginç ve aydınlatıcı bir e-posta aldım. Bu kadın –kendisine Sahibe İmelda ismini uygun gördüm– bir fetiş deri giyim şirketine sahip, aynı zamanda bir roman yazıyor. Şöyle yazmış:

> Makaleniz için size teşekkür etmek istedim. Nişanlımla ben ertelemeciyiz. Makalenizi bana o gönderdi, yazdıklarınıza nasıl da aşina olduğuma inanamadım.
> Projelerimi tamama erdirmek konusundaki acizliğim yüzünden epey suçluluk ve duygusal ıstırap yaşadım; ya da daha doğru ifade etmek gerekirse, yapmamayı tercih etmem yüzünden; çünkü biliyorum ki projelerimi yoluna koyup tamama erdirecek tam yeterliliğe sahibim, ama nedense yapmamayı tercih ediyordum. Kendi kişisel yargılarımın en pervasız denetimine maruz kalacak

olan söz konusu projeleri tamamlamazsam ret ve başarısızlıkla da karşılaşmayacağımı bilerek, bu halimi başarısızlık korkumla ilişkilendiriyordum. Bir mükemmeliyetçi olmak, kendi denetimimden geçmek, yüzleştiğim en ağır sorunlardan biriydi.

Bitmemiş bir roman üçlemem, sipariş formlarının doldurulmasını bekleyen bir fetiş giyim şirketim, başlayıp bitirmem gereken bir demo albümüm, çizgi romanım, sayısız resim çalışmam ve tamamlamam gereken eskizlerim var. Boya fırçalarımı sınıflandırıp temizlemek, başlamamış müzik projelerimi depolamak için bilgisayarımı düzenlemek, romanımın bölümlerini tasnif etmek ve karakterlerim ve kurgum üzerine yığınla özet yazmak gibi şeyler yapabiliyorum, çünkü tüm bunlarla meşgul olmak bende projelerim üzerinde gerçekten çalışmaya yaklaştığım duygusunu uyandırıyor. Hatta bir hedefe, projeyi tamamlama tarihine sahip olduğumu bir şekilde kendime kanıtlamak için, demo üzerinde çalıştığımı ilan etmek üzere çeşitli müzik gruplarına bile yazmaya kalkıştım. Benim adıma heye-

canlandıklarını ve söz konusu demoyu dinlemeyi çok istediklerini belirten cevaplar aldığımda ise, işe başlamaktan ve devamında gelecek olan reddedilişten duyduğum korkular daha da derinleşti.

Öylesine kökten bir ertelemeciyim ki, onları hüsrana uğratacağımı bildiğimden, projelerime başka insanları dahil etmeyi de reddettim. Böylece, devamlı daha az mühim işlerle uğraşarak, sahip olduğum mühim hedeflerden devamlı sapmakla sadece kendimi hayal kırıklığına uğrattım. Makaleniz benim işleri yürütme yöntemime birebir uyuyordu. Başka insanların da aynı biçimde davranabildiğini görmek beni şoke etti, dumura uğrattı. Makaleniz, öz-motivasyon alanında, daha önce kimsenin yapmadığı bir biçimde bir öz-farkındalığa ulaşmama vesile oldu.

Çok teşekkür ederim.
Imelda

Sahibe Imelda kavrayışı güçlü bir ertelemeci, çünkü mükemmeliyetçi olduğunun farkına varmış. Ama

hangisi önce gelir? Erteleme mi, mükemmeliyetçilik mi? Bence mükemmeliyetçilik ertelemeye yol açıyor. Kendimi bir mükemmeliyetçi olarak görmediğim için, bu ikisi arasındaki bağlantıyı fark etmekte epey geciktim. Pek çok ertelemeci de mükemmeliyetçi olduklarını fark etmez, çünkü çok açıktır ki bizler hiçbir şeyi mükemmelen ya da mükemmele yakın bir biçimde yapmayız. Yaptığımız işleri mükemmel yaptığımız bize hiç söylenmez, gerçi biz de işleri mükemmelen yaptığımızı hissetmeyiz. Bizler, epey yanlış biçimde, mükemmeliyetçi olmanın genellikle ya da bazen, en azından bir defaya mahsus da olsa, çeşitli işleri kusursuz biçimde tamamına erdirmek anlamına geldiğine inanırız. Ancak mükemmeliyetçiliğin temel dinamiklerinin yanlış anlaşılmasından ibarettir bu.

Bahsettiğim türdeki mükemmeliyetçilik gerçeklikten değil, bir fanteziden ibarettir. Benim durumumda bu iş nasıl yürüyor görelim. Birileri benden bir şey yapmamı ister; mesela bir yayıncı kendilerine sunulan bir akademik taslak metne hakemlik yapmamı teklif eder, ki hakemlik işi metnin yayınlanmaya değer olup olmadığına ve yayınlanmaya değerse nasıl daha da geliştirilebileceğine dair fikir beyan etmeyi de içerir. Görevi kabul ederim, çünkü yayıncı muhtemelen bana

birkaç ücretsiz kitapla ödeme yapmayı önermiştir, ki gayet hatalı biçimde bu kitaplara sahip olursam zaman ayırıp onları okuyacağım varsayımına kapılırım.

Hayal dünyam hemen devreye girer. En kusursuz hakem raporunu kaleme alırken hayal ederim kendimi. Taslak metni inanılmaz kapsamlı bir okumayla ele aldığımı ve yazara çalışmalarını geliştirmekte önemli katkılar sağlayacak bir hakem raporu yazdığımı hayal ederim. Yayıncımın raporumu eline alıp şöyle dediğini hayal ederim: "Vay canına, okuduğum en iyi hakem raporu bu." Raporumun hem yayıncı hem de yazar açısından tamamen hatasız, tümüyle adil ve muazzam derecede faydalı olacağı hülyasına kapılırım.

Neden böyle fantezilerim var ki? Allah bilir. Ya da terapistim bilir. Belki de babam beni küçükken yeterince takdir etmedi. Ya da bir keresinde bir işi hasbelkader mükemmel biçimde tamama erdirdim diye beni övgülere boğmuştur. Olur ya, böyle fanteziler genetiktir belki de. Ama yine de okuduğunuz kitap olsa olsa bir çok-aşamalı uygulama programıdır, psikoterapi denemesi değil. (İlk adım bir önceki bölümü, yani "Yapısal Erteleme"yi okumaktır. Şimdi ikinci adımdayız. Başka adımlar bulursam onlar da ilerleyen bölümler haline gelecek.) Yani sizin ya da benim neden böyle fante-

zilere sahip olduğumuza çok takılmayacağız. Mesele şu ki eğer en alelade türde bir ertelemeciyseniz, böyle düşünceler muhtemelen sizin de aklınızdan geçmiştir.

Konumuzla alakalı ertelemecilik türü budur. Bir şeyleri mükemmel ya da mükemmele yakın gerçekleştirme meselesini ele almıyoruz. Konumuz, işleri mükemmel ya en olmadı neredeyse mükemmel biçimde tamama erdirme fantezilerinizi besleyecek görevleri kabul edip kullanmaktır.

Mükemmeliyet fantezisi ertelemeyi nasıl besler? Kabul edelim ki işleri kusursuzca tamama erdirmek o kadar da kolay değildir. (En azından kolay olmadığını varsayıyorum. Bir gün bir işi mükemmel şekilde yaparsam bu varsayımımdan da emin olabilirim belki.) Genelde insanların zamana ihtiyacı vardır. Ve tabii uygun ortama. Çok açık ki, bu akademik makaleye hakemlik yapmam için onu dikkatlice okumam gerek. Bu iş de epey zamanımı alacaktır. Makale taslağının da ötesine geçmek ve –sözünü ettiği metinleri hatasız ve hakkaniyetli ele aldığından emin olmak için– yazarın alıntıladığı çeşitli materyalleri okumak isterim. Hayran olduğum felsefecilerin kitap incelemelerini okudukça görüyorum ki, onlar tam da bu dediklerimi yapıyor. Çok etkileyici. Böyle şeyleri hakkıyla yapabil-

mem için soluğu kütüphanede almam gerekir. Aslında bugünün dünyasında kütüphaneye gitmeye de gerek yok. İnternette bu türden epey kaynak bulunabilir. Yeter ki nasıl yapılacağını bilin. Ne yazık ki ben bilmiyorum. Akademik yayınlara çevrimiçi ulaşım olanağı sağlayan JSTOR denen bir şeyin olduğunu biliyorum. Stanford'da çalışıyorsanız söz konusu siteye kütüphaneden ulaşabilirsiniz. Ama evden ulaşmak daha da hoş olurdu. Bu hakem raporu üstünde gece geç saatlere kadar çalışmak isteyebilirim. JSTOR'a evden ulaşmak için "vekil sunucu" denen bir şeyi kurmanız gerekir. Nasıl kurulacağını öğrensem iyi olur.

Birkaç saat sonra vekil sunucu kurma çabamı bıraktım. Bıraktım, çünkü muhtemelen pes ettim. Kurulumu gerçekleştirdiğimi düşündüğüm her seferinde sunucu doğru çalışmadı ya da bilgisayarın ekranı karardı. Ama pes etmek yerine vekil sunucuyu çalıştırmayı gerçekten de başardığımı varsayın. Hakem raporu üzerine çalışmaya başlamamak için her şeyi yapacağım. Yeterli zaman ayırıp kitabı hızlıca okuyacağım ve kitap hakkında bir fikir geliştireceğim, ama raporu yazmayacağım, hatta yazmaya başlamayacağım. Tam da hak ettiğim gibi, kendimi rezil hissedeceğim.

Peki, sonra ne olacak? Başka işlere yöneleceğim. Taslak sonradan ulaşan dekontların, mektupların, boş

patates cipsi paketlerinin, evrak yığınlarının ve masamda birikmeye devam eden diğer ıvır zıvırın altında yavaşça gözden kaybolacak muhtemelen. (bkz. s. 71, organizasyon hakkındaki bölüm.) Sonra, yaklaşık altı hafta içinde, yayıncıdan raporu ne zaman teslim alabileceğini soran bir e-posta alacağım. Benimle daha önce alakadar olursa eğer, bu e-posta belki de raporu teslim edeceğim tarihten az önce elime ulaşır. Ama bunu yapmazsa söz konusu e-posta son teslim tarihinden birkaç gün sonra elime ulaşır.

İşte, sonunda hareket geçtim. Fantezi yapım değişime uğrar. Artık kendimi dünyanın en iyi hakem raporunu yazarken hayal etmem. Oxford Üniversitesi Yayınları'nın New York ofisinde bir kadın hayal ederim. Elleri boş halde, kitap taslağıyla ilgili bir değerlendirme raporu sunmaya söz verdiği yayın kurulunun toplantısına girerken zihnimde canlandırırım onu. "Özür dilerim," der patronuna. "Stanford'daki şu elemana bel bağladım, ama işi beceremedi." "Buraya kadar," der patronu. "Kovuldun." "Ama üç küçük çocuğum var benim, kocam hastanede yatıyor, ev taksitimin de ödeme günü geçti," der kadın. "Kusura bakma," der patron, "benim de yürütmem gereken bir işim var." Bu kadınla buluştuğumu hayal ederim; al-

çaltıcı bakışlarla bana bakmaktadır. "Senin yüzünden işimi kaybettim," der bana.

Bir de yazar var tabii. Belki de üniversiteye kadrolu olarak kabul edilmesi bu kitabın yayınlanıp yayınlanmamasına bağlı. Muhtemelen harika bir kitaptır bu, yazarın kadro ataması bekletilirken masamda okunmamış halde duran bir başyapıttır. Belki de bir gün bütün felsefe dünyası, John Perry denen bir adam kitap taslağını masasının üstünde öylece bıraktığı için, bu övgüye değer insanın kadro başvurusunun reddedildiğini öğrenecektir; tıpkı Einstein'ın erken dönem çalışmalarını geri çeviren fizik mecmuasının editörleri gibi. (Böyle bir şey oldu mu hiç emin değilim, bir araştırsam iyi olurdu ama hiç vaktim yok.)

Bu noktada dosyaların, dergilerin ve açılmamış mektupların arasında kazı yapmaya başlarım ve biraz panikledikten sonra –Taslağı mı kaybettim yoksa? Yayıncıdan başka bir kopya istesem mi? Ya da taslağı raporla birlikte postaladığımı düşünmüştüm ama gaspçının çalıp kaçtığı çantamın içinde kalmış olmalı diye yalan mı söylesem?– kitap taslağını bulurum. Birkaç saat zaman ayırırım, taslağı okurum, gayet ortalama üstü bir rapor yazarım ve sonra raporu postalarım.

Şimdi ne yaşandığını analiz edelim. İlk olarak, bir yapısal ertelemeci olduğum için, hakem raporunu diğer pek çok işi tamama erdirmenin aracı olarak kullanmama dikkat çekmek istiyorum. Örneğin, vekil sunucuyu kurmayı başardım belki de. Bir meslektaşım kederli bir ses tonuyla bir gün şöyle der: "JSTOR'a evden erişmek isterdim, ama vekil sunucu kurulumum yok." "Ah," derim neşeyle, "kendi kurulumumu birkaç hafta önce gerçekleştirdim. Harika çalışıyor." "Bunu yapacak zamanı nasıl buldun?" diye sorar meslektaşım hayranlıkla. Yanıt vermem, kendimi beğenmiş bir halde sırıtırım.

Dahası erteleme, kusursuz bir çalışma gerektirmeyen bir görevi mükemmel olmayan bir şekilde halletmek için kendime olanak tanımamın da yollarından biriydi. Teoride, son teslim tarihi çok uzak olduğu sürece, kütüphaneye gidip ya da kendimi evde uzun bir gece çalışmasına hazırlayıp bu kitaba ayrıntılı, akademik anlamda titiz, mükemmel bir rapor yazabilirdim. Ama raporun son teslim tarihi yaklaştığında mükemmel bir iş çıkaracak zaman da kalmamıştı artık. Oturup mükemmel olmasa da yeterli bir iş çıkarmam gerekiyordu. Mükemmeliyet fantezileri yerini mutlak başarısızlık vehimlerine bırakmıştı. Sonunda işe koyulmam gerekti.

Nihayetinde sonuçlar hiç de fena değildi. Raporu tamamladım, hâlâ çok geç değildi, editör işini korudu, kitap kabul edildi, belki de edilmedi, yazar kadrosunu aldı ya da almadı. Doğrudur, rapor mükemmel değildi, ama mükemmelen idare ederdi. Yani yapısal erteleme işe yarar görünüyor.

Ama yine de daha iyisini yapamaz mıyız? Bu mükemmeliyetçi fantezilerin neden olduğu zaman kaybından ve duygusal çalkantılardan kaçınmanın bir yolu yok mu? Oturup en başta taslak metne dört beş saat zaman ayırsaydım ya da daha başlangıçta mükemmel olmayan bir iş yapma iznini kendime tanıyabilseydim benim için de, yayıncı ve yazar için de her şey daha kolay olurdu. Bunu gerçekleştirebilmenin herhangi bir yolu yok mu peki?

Bence var, ancak bu da biraz öz-disiplin gerektiriyor. Çok değil. Mükemmeliyetçi fantezileri kontrol altına almanın yolu, görev triyajı dediğim stratejiden geçiyor. *Triyaj* temelde aciliyete göre sıralama anlamına geliyor; genelde savaş, doğal afet ya da acil servislerin kalabalıklaşması durumunda erken tıbbi müdahale ekiplerinin aldıkları kararlar bağlamında kullanılıyor bu terim. Böyle durumlarda müdahale ekibinin hangi kurbanın durumunun umutsuz olduğunu, hangi has-

tanın acil müdahaleyle kurtarılabilir durumda olduğunu ve kimin daha sonra tedavi edilmek üzere kendi haline bırakılabileceğini karara bağlaması gerekiyor. Tabii benim bahsettiğim kararlar bunlarla aynı türden kararlar değil, ama görev triyajı tabiri kulağıma hoş geliyor. Bazı görevleri gerçekleştirmeyi reddedip onları ölüme terk edebiliriz belki de. Bazıları akla yatkın bir şekilde sonraya ertelenebilir. Ama pek çok görev için, mükemmelen olmasa da makul bir ölçüde –makulden bir tık daha iyi ölçüde belki– bir iş çıkarmayı planlayarak üzerlerinde çalışmaya başlamak en iyi çözüm olacaktır.

Kendinizi, görevi kabul ettiğiniz anda, mükemmel olmayan bir iş çıkarmanın faydalarını ve maliyetlerini analiz etmeye zorlama alışkanlığını kazanmanız gerekir. Kendinize çeşitli sorular sormalısınız: Mükemmel bir çalışma bu noktada ne kadar fayda sağlar? Sadece makul bir iş çıkarmak ne oranda daha faydalı olabilir? Hatta yarım yamalak bir iş çıkarmak? Ve kendinize sormalısınız: Bu görevi mükemmellikle alakası olmayan bir biçimde tamamlama ihtimalim nedir? Son olarak: Bu işi tamamlayıp tamamlamamak, benim için ya da başkaları için nasıl bir fark yaratacak?

Yanıt genellikle mükemmel olmayan bir çalışmanın gayet idare eder olduğu yönündedir, zaten nihayetinde elimden gelen de bu olacak. Böylece, yapacağım işin bitiş tarihinin geçmesini beklemektense, kendime şimdiden mükemmel olmayan bir iş çıkarma iznini tanırım. Bu da aynı zamanda işe şimdiden koyulabileceğim anlamına gelir. (Ya da en kötü yarın başlarım.)

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Yapılacaklar Listesi



Bir yapısal ertelemeciyseniz eğer günler, haftalar, aylar, hatta ilerleyen yıllar içerisinde gerçekleştirmeniz gereken işler aklınızda belli belirsiz bir yer kaplıyordur, belki de hepsini bir yerlere yazmışsınız-

dır. Ve listenin en üstünde, sizi daha az önemli işleri halletmeye sevk eden, görünüşe göre olağanüstü derecede önemli olan, ama şu ya da bu nedenle aslında o kadar da hayati olmayan bir görev vardır. Ben buna öncelikler listesi diyorum. Uzun vadeli bir listedir bu; sizi bir gün, bir hafta, bir ay, hatta belki de daha uzun süre, bir hayat boyu –listenin başına "Çince Öğren" gibi bir şey yazdıysanız tabii– meşgul edecek projeler vardır onda.

Bu bölüm başka tür bir liste hakkında: günlük yapılacaklar listesi. Pek çok ertelemeci böyle listeler kullanır. Bu tarz listelerin maksadının size ne yapmanız gerektiğini hatırlatmak olduğunu düşünebilirsiniz. O biçimde de işe yarar olabilirler. Ama asıl maksatları bu değildir.

Günlük yapılacaklar listesinin esas fonksiyonu, ertelemeciye görevleri tamamladıkça listeye tik atma deneyimi yaşatmaktır. Yapılan görevin karşısındaki kutucuğa tik atmak ya da tumturaklı bir çarpı atmak kişiye psikolojik bir ferahlık sağlar. Kendimizi tembel tenekeler olarak değil de fail olarak, başarılı olarak hissetmemizi sağlar. Bize psikolojik bir devinim sunar.

Kendi yapılacaklar listenizi oluşturmak için bilgisayarınızı kullanabilirsiniz. Hatta pek çok program ve web sitesi –örneğin Outlook, Gmail ve LazyMeter.com–

sizin için hoş listeler oluşturacaktır. Ancak bunlar da ideal değildir, çünkü tamamlanmış olarak işaretlenen görev genellikle ortadan kaybolur. Tamamlanmış görevin üstüne büyük kırmızı bir çizgi çizebilseydik çok daha tatmin edici olabilirdi; hatta kırmızı çizgiye biraz zafer şarkısı da eşlik edebilirdi; bunları yapabilen bir program bulamadım henüz.

Uyumadan önce bir yapılacaklar listesi hazırlamayı denerim, sonra listeyi çalar saatin yanına bırakırım. Liste şöyle başlar:

1. Yataktan kalk.
2. Alarmı kapat.
3. Alarmın tekrarlama düğmesine basma.
4. Yatağa geri dönme.
5. Aşağı in.
6. Kahve yap.

Sabah oturup ilk kahvemi içerken bu listedeki altı maddeye de tik atarım. İyi hissettirir, ayrıca etkileyici görünür. Başarılarla dolu günüm uçuşa geçmeye hazırdır. Bu görevlerin herhangi birini gerçekleştirmek için hatırlatıcıya ihtiyacım yoktur. Ama bunları başardığım için biraz takdir edilmeye gereksinim duyarım. Bu takdiri almanın en garanti yolu da bir yapılacaklar

listesine sahip olmaktır, ki böylece tamamlanmış görevlerin yanına tik atabileyim.

Görevleri küçük parçalara bölerek çoğaltma ve başardığınız her görev için kendinizi takdir etme sistemi sağlam referanslara sahiptir. *Tao Te Ching*'de şöyle denir: "Bir dizi küçük eylem yoluyla büyük görevleri gerçekleştir." Bu alıntıyı Robert Maurer'in *One Small Step Can Change Your Life: The Kaizen Way* [Küçük Bir Adım Yaşamınızı Değiştirebilir: Kaizen Yöntemi] başlıklı kitabında buldum. Kaizen, Japonların küçük ve uygulanabilir adımlarla süreğen başarılar kazanma felsefesidir. Erteleme huyunu azaltmayı denemek yerine Kaizen yöntemini uygulayacağınızı söylerseniz eğer, bir savaş sanatları sistemini benimsemişsiniz gibi gelir kulağa bu. Gayet havalı.

Göz korkutucu büyük görevleri daha küçük, daha az ürkütücü görevlere ayırmak, yapısal erteleme sisteminin çöktüğü durumlarda –nadiren olur ama korkunçtur– çok hayatidir. Bu noktada, şu ya da bu nedenle büyük göreve, yani sizi başka işleri yapmaya motive eden yapılmamış göreve, kesinlikle dikkat kesilmek gerekir. Romancı Anne Lamott'un yazarlara hitaben kaleme aldığı *Bird by Bird* [Bir Kuştan Öbürüne] kitabından bir hikâyeyle devam edelim:

Otuz yıl önce, o sırada on yaşında olan ağabeyim, kuşlar üzerine bir ödev yazmaya çalışıyordu; teslim tarihi bir sonraki gündü, oysa ödevi yazmak için daha evvel üç ay zamanı vardı.... Etrafı kuşlar üzerine kapağı açılmamış kitaplarla, kalemlerle ve tomar tomar kâğıtla çevrili, önündeki görevin ağırlığıyla hareketsiz, ağladı ağlayacak halde mutfak masasında oturmuştu. Sonra babam ağabeyimin yanına oturdu, elini onun omzuna attı ve şöyle dedi: "Bir kuştan öbürüne, dostum. Önce bir kuşu ele al, sonra diğerini."

Görevler ister büyük olsun ister küçük, ister olağandışı olsun ister gündelik yaşamın hep yapılagelen türden angaryalarından, onları küçük, daha az zahmetli alt-görevlere bölün. Bir kuştan öbürüne. Ya da bir kanattan öbürüne, eğer gerekliyse. Böylece epey ayrıntılı bir günlük yapılacaklar listesi oluşturursunuz. Başlangıçtaki kolay görevler devam eden bir başarı duygusu kazanmanıza yardımcı olacaktır. Liste yapılacakların yanında yapılmayacakları da kapsamalıdır. Örneğin:

7. İkinci bardak kahveyi doldur.
8. Çalışma masana otur, kanepeye değil.

9. Bilgisayarı aç.
10. İnternet sitelerinde dolaşma.
11. Word dosyasını aç.
12. Dokümanlar klasörüne git ve Dummett inceleme yazısını seç.

Yukarıdaki benim bugünkü listem. "Word dosyasını aç" başlıklı görevi başarıyla tamamladım. Ardından "Dummett inceleme yazısını seç" görevine geldim. Michael Dummett, *Thought and Reality* [Düşünce ve Gerçeklik] başlıklı konusu ağır boyutu küçük bir kitap yazmış çok önemli bir felsefecidir. Etkili bir İngiliz felsefe mecmuası olan *Mind* için söz konusu kitaba dair bir inceleme yazısı yazmayı kabul ettim. Kitabı birkaç kez okudum, hatta inceleme yazısını yazmaya bile başladım. Ama bitirmesi çok zor. En önemli akademik mecmualardan biri için çok önemli bir felsefecinin çok önemli bir kitabını değerlendirmek oldukça ürkütücü. Öncelik listemde en yukarılarda bu var. Teslim tarihi geçti; ama felsefe dünyasındaki en etkili mecmualar son teslim tarihlerinin kaçırılmasına alışık sanırım. Korkarım ki felsefeciler son derece tuhaf bir topluluk. Söz konusu mecmuanın uğraşmak zorunda kaldığı yegâne yapısal ertelemeci ben değilim kesinlikle. Her halükârda, inceleme yazısını bugün de bitiremeyece-

ğim. Onun yerine şimdi okuduğunuz bölüm üzerine çalışıyorum; yapısal erteleme iş başında.

Savunmacı yapılacaklar listesi oluşturma pratikleri yapın; daha ilk evrelerde gününüzün nasıl raydan çıkabileceği üzerine biraz düşünün ve bunu engelleyecek önlemler alın. Geçen gece televizyonda *When Harry Met Sally* [Harry Sally'yle Tanışınca] filmini izledim. Unuttuğum ama tekrar izlemekten hoşnut olacağım başka filmleri de var mıdır diye görmek için internette "Meg Ryan" ismini aratarak güne başlamak isteyebileceğim ihtimali aşikârdı. İnternette bir kez bir şeyi aramaya başlayınca, esas aradığımı çoktan bulmuş olsam da nadiren dururum:

> *Meg'in Dennis Quaid'le evlendiğini gördüm. Peki, hangi Quaid'di bu, küçük kardeş mi? Wikipedia'da Dennis Quaid maddesini kontrol edeceğim. Ah, şu yakışıklı olan. Tahmin etmeliydim. Şuna bakın, babası Gene Autry'nin kuzeniymiş! Gene Autry yıllardır aklıma bile gelmemişti. "Tumbling Tumbleweeds" şarkısını hatırladın mı? Ne şarkı ama. Acaba iTunes'a indirebilir miyim onu…*

Böyle sürüp gider. Tüm bu zaman kaybından kaçınmanın en iyi yolu, yapılacaklar listesine, raydan çıkmaya mâni olacak diğer hatırlatıcıların yanına "İnternette 'Meg Ryan' ismini arama" maddesini de eklemektir. (İnternette dolaşıp durmanın tehlikelerini sonraki bölümde daha kapsamlı olarak ele alacağım.)

Bu tavsiyelere uyun, yapılacaklar listesi faydalı olacaktır. Bu listeler ertelemenin tedavisi değildir, ama ertelemecinin üretken bir insana dönüşmesine yardımı dokunacak öz-manipülasyon stratejisinin bir parçası da onlardır.

Yapılacaklar listesinin önceden, tercihen bir gece önce hazırlanması gerektiğini tekrar vurgulamak istiyorum (onu çalar saatin yanına koyacak şansı bulamadan kaybedecek kadar erken değil tabii). Yatmadan önce kendinizi sabah uyanıp bir sürü işi hallederken hayal edebilirsiniz. Kendinizi günün geri kalanı boyunca hangi işlere adamak istediğinizi düşünmeye başlamak için alarmın durmasını beklemeyin. Böyle yaparsanız listeniz muhtemelen şu maddeden oluşur: "Sırtını dön ve tekrar uyu."

Çalar saatlerle ilgili son bir not daha: Biz yapısal ertelemeciler alarmı kapatmaya, sonra da devrilip uymaya eğilimli olabiliriz. Çalar saatlerin çoğunun

erteleme tuşu vardır, böylece devrilip uyumak daha da kolay hale gelir. Ne var ki yatağınızdan uzanıp erteleme tuşuna bir kez basarsanız, bunu ikinci, hatta üçüncü defa da yapabilirsiniz. En iyisi ilkinden iki dakika sonra çalmaya ayarlanmış çok gürültülü ikinci bir alarm daha kurmak, onu da kahve makinesinin yanına yerleştirmektir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

Ritmi Yakala



"Get Rhythm" [Ritmi Yakala] Johnny Cash'in müthiş bir şarkısı. Şarkıda küçük bir ayakkabı boyacısı siyahlara bürünmüş bir adama tavsiyede bulunur: "Moralin bozulduğunda ritmi yakala." Yalnızca iyi bir

tavsiye değildir bu, aynı zamanda uygulayacağımız programın dördüncü adımıdır. Demek istediğim şey ritim duygunuz yoksa bunu kazanmaya çalışmanız gerektiği değil, ki bu da takdire şayan bir amaç olurdu. Bu alanda epey kifayetsiz olduğuma dair sayısız kanıtım var. San Francisco Beyzbol takımının oyununda, son vuruşlar sırasında oyuncuları toparlanmaya teşvik etmek için ne zaman ritmik bir alkış başlasa, etrafıma bakıp alkışlarımı diğer insanlara uyduramadığımı fark ediyorum. Diğer insanların elleri açılmışken ben alkışlıyor oluyorum, ya da tam tersi. Utandırıcı bir şey, tabii bu kendimi hiçbiri kadar coşkuya kaptıramadığım anlamına gelmiyor.

Çok açık ki müziğin duygularla doğrudan bağlantısı var. Müziği *hüzünlü* ya da *neşeli* gibi duygusal terimlerle tasvir ederiz. Onları sakinleştirmek için çocuklarımıza ninni söyleriz; ya da benim gibi müzik kulağı ve ritim duygusu pek az olan insanların yaptığı gibi, ninni kayıtları dinletiriz. Şarkı söylemek ve mırıldanmak bizi de sakinleştirir. Marşlar bizde marş marş yürüyormuş hissi uyandırır, ya da en azından marş düzeninde yürümek için nedenimiz varsa kendimizi daha iyi hissettirir. O bulaşıcı ritimleriyle neşeli bir şarkı canımız çok sıkkın olduğunda bizi yükseltebilir.

Ertelemeciler bu tür iniş çıkışları çok sık yaşar. Gerçekten de ertelemecilerin çoğu esaslı depresyon nöbetlerinden mustariptir. Erteleme mi depresyona yol açar, yoksa depresyon mu ertelemeye bilmiyorum. Hangisi diğerinin sebebi olursa olsun, birbirlerini güçlendirirler. Bazı depresyon vakaları psikoterapi ya da ilaç tedavisini gerektirir, bazen ikisini de. Kendi durumumu kıstas alacak olursam, doğru müzik türünün epey yardımı dokunabilir. Hem maliyeti de pek azdır.

Ama burada da bir sorun var. Yanlış müzik seçimi her şeyi daha da kötüleştirebilir. Moraliniz bozuksa ve modunuz düşükse, Rolling Stones'un "Start Me Up", Aretha Franklin'in "Respect", ya da Johnny Cash'e tutkunuz sürüyorsa "Tennessee Flat Top Box" şarkılarını dinlemeniz gerekir. Cash'in, hâlâ acıyı hissedebiliyor mu diye kendini yaralamasından bahsettiği "Hurt" çalışmasını dinlemenin size pek faydası olmayacaktır.

Ama keder üstünüze çöktüğünde tam da "Hurt"te anlatılan ruh haline girersiniz. Blues'a blues denmesinin nedeni budur herhalde. Uyandığımda canım sıkkın olur. İki, üç, hatta dört fincan kahve bile beni yükseltemez. Müziğin faydası olur belki de? İşe bakın, bir John Lee Hooker albümü alıp viskinin ve kadınların –kendi ifadesiyle hanımların– onun hayatını nasıl

mahvettiğine dair şarkılar dinleyebilirim. Ama bunun pek faydası olmayacaktır.

İhtiyacım olan şey *The Music Man* müzikalinden "Seventy-Six Trombones" tarzı bir şarkı dinlemek. Bu şarkıyı duyduğum anda her şey canlanmaya başlar. Ritim kalkıp hareket etme isteği uyandırır bende. Profesör Harold Hill'in önderliğinde, idealleştirilmiş bir Iowa kasabasında yürüyüş düzeni alan River City Boys bandosu imgesi, devre aralarında ortaya çıkıp müzik yapan lise bandosunun hatıralarını canlandırır; yine bu hatıralar, enteresan biçimde, liseli olmanın ıstıraplarıyla alakasızdır her nasılsa. Sonuçta yanıt basit görünür: Canınız sıkkın halde uyanırsanız eski bir pikapta ya da CD oynatıcıda, telefonda ya da hangi araçla müzik dinliyorsanız onda "Seventy-Six Trombones" şarkısını açın.

Ama sabahları depresif bir ruh haliyle uyandığınızda kim bir de müzik seçmekle uğraşacak?

Bu noktada teknolojinin size yardımı dokunabilir. İllaki Steve Jobs'ın icat ettiği bir şey olmak zorunda değil. Eski moda saatli radyo da iş görür, yeter ki sabahları makul ölçüde neşeli şarkılar çalan bir radyo istasyonu bulun. İstasyonu bir gece önceden ayarlayın. Müzik sevip sevmemeniz önemli değil. Belki de

müzikten nefret ediyorsunuz. Belki de anarşistsiniz ve sabahın köründe duymak isteyeceğiniz en son şey "Stars and Stripes Forever" şarkısı. Belki de İngiliz düşmanısınız ve Rolling Stones'un "Start Me Up" şarkısını duymaya tahammül edemiyorsunuz. Hiçbiri önemli değil. Radyonun sesini iyice açın, radyoyu yatağınızdan biraz uzağa koyun; sizi harekete geçirecektir. Bu seçimleri sabah yapamazsınız. Ama bir gece önceden keyfinize göre yapabilirsiniz.

Herhangi makul bir insanın maruz kalmaktan rahatsız olmayacağı sayısız neşeli şarkı vardır elbette. Pek çok klasik bu tanıma uygundur. Klasik diyerek 1960'ların, 70'lerin, 80'lerin rock ve folk müziklerini kastediyorum. Radyoda bunlara eskiler deniyor. Nedendir, hiçbir fikrim yok. Benny Goodman, Bing Crosby ve Nat King Cole şimdi eskiler sınıfında. Ebeveynlerim bunları dinlerdi. Stones, Beatles, Eagles; çok iyi klasiklerdir. Herkes bunu kabul eder.

Yerel radyo istasyonunuzda sabah programı yapan şen şakrak diskjokeylerin tercihlerine bağlı kalmak zorunda değilsiniz artık. Güne iyi başlamanıza faydası dokunacağını düşündüğünüz şarkılardan bir liste yapabilirsiniz. Söz konusu listeyi, görece neşeli ve iyimser bir ruh halinde olduğunuz o nadir anlarda oluşturmanız gerekir elbette.

Müziği ertelemeyle savaşmanın alternatif bir aracı olarak da kullanabilirsiniz. Müziği, son bölümde anlatacağımız Bir Kuştan Öbürüne stratejisiyle harmanlayın. Mesela garajı temizlemeniz gerek. Büyük bir görevdir bu; bir kerede yapamazsınız. Ama doğru müzik seçimiyle işe koyulabilirsiniz. Başlamaya karar verin ve en sevdiğiniz albüm bitene kadar durmayın. Daha da iyisi, enerji veren neşeli ezgilerden bir garaj temizleme playlist'i yapın; öyle bir liste yapın ki eski alet edevatı bile seçip ayıklama isteği uyandırsın sizde. Elbette burada da tehlikeler var. İşe koyulmadan önce mükemmel şarkıları bulmak üzere müzik arşivinizi elden geçirmeye karar verebilirsiniz. Sonra da kendinizi garajınızı düzenleyecek yerde müzik arşivinizi düzenlerken bulabilirsiniz.

Beni-harekete-geçir listeniz için şarkılar seçmek hangi şarkının ya da hangi grubun en iyisi olduğuna karar vermek değildir. Beatles'ın "Hey Jude" şarkısının aynı grubun "Ob-la-di, Ob-la-da" çalışmasından daha üstün olduğunu düşünebilirsiniz. Ama ikincisi sabah müziği olarak daha yerinde bir tercih olabilir. Bana kalırsa Neil Diamond'ın Beethoven'dan aşağı kalır yanı yoktur, ama siz böyle düşünmeseniz bile, Diamond'ın pek çok şarkısının epey harekete geçirici

olduğunu kabul etmelisiniz. Katrina and the Waves grubu Rock and Roll Hall of Fame müzesinde kendine yer bulamaz, ama "Walkin' on Sunshine" şarkılarının insana gaz verme konusunda eşi benzeri zor bulunur. Benim naçizane görüşüme göre en iyi uyanma şarkısı Lacy J. Dalton'ın "Black Coffee" şarkısıdır.

Bu şarkı, daha önceki bazı örneklerin düşündürdüğünün aksine, hüzünlü, depresif, hatta psikotik anlamda bozucu mesajlar içeren şarkıların, ritimleri iyi olduğu sürece listede gayet işlevli olabileceklerinin kanıtıdır. Mesaj gerçekten de iyimser değildir. Tost makinesindeki ekmek yanar, yağmur yağar ve Dalton sevgilisini kaybetmekte olduğunu hisseder; ama o bütün bu ıstıraba bir miktar sade kahve içerek eşlik eder. Bu somurtkan mesaja rağmen ritmi tamamen bulaşıcıdır; sadece sade kahve içip hareket kazanmayı ve Dalton'ın muhtelif elemlerine bulaşmamayı düşüneceksiniz.

BEŞİNCİ BÖLÜM

Bilgisayar ve Ertelemeci



Bilgisayar ertelemeci için bir bakıma harika bir araçtır. Ertelemeciler işlerini en iyi ihtimalle son dakikada, işin son teslim tarihinin bir dakika bile uzatılamayacağı son-ama-en-son dakikada tamamlama

eğilimindedirler. Nihai ürün e-postayla gönderilebilecek türdeyse, bu son dakika kesin son teslim tarihine eski bedbaht günlere nazaran daha da yakın olabilir. Eskiden dosyalar posta idaresi aracılığıyla gitmek zorundaydı, hatta o kadar da eski ve bedbaht olmayan yakın zamanlarda postayı FedEx aracılığıyla bir gecede adresine ulaştırmak en hızlı yoldu. Şimdiyse e-postayla gönderiyorsunuz, anında adresine ulaşıyor. Asya'da, Avrupa'da, hatta ABD'nin doğu yakasında yaşayacak kadar şanslıysanız ve işin son teslim tarihi batı yakasında yaşayan biri tarafından belirlendiyse, e-postanız gönderdiğiniz saatten bile önce yerine ulaşabilir.

Ama bilgisayar ertelemeci için aynı zamanda yıkım anlamına da gelir, çünkü son derece yararsız uğraşları çekici ve kolay hale getirir. E-postalarla baş etmek ve internette gezinmek büyük problemlerdir.

E-posta söz konusu olduğunda, onun ertelemeciyi yüz yüze getirdiği tehlikelerle baş etmek için çok iyi taktikler öne süremeyeceğimi itiraf etmem gerekir. Umuyorum ki, yaşadığım zorluklardan bahsetmek, benzer sorunlar yaşayanların yalnız olmadıklarını hissetmelerine vesile olur en azından. Yine de, internette bitmek bilmeyen saatler boyunca gezinmenin cazibesi

üzerine, internete hasrettiğim saatlerin engin tecrübesine dayanarak bazı önerilerde bulunacağım.

E-posta Istırabı ve Coşkusu

Eski günlerde, mektuplar postacılar tarafından zarfların içinde dağıtılırken işlere ayak uydurmakta pek becerikli değildim. İşlerin belirli ve muntazam bir ritmi vardı. Mektuplar gelir ve ben onları açmaya başlardım. Şu ya da bu nedenle, oturup belirli mektuplarla öncelikli olarak ilgilenirdim. Diğer şeyler, mesela faturalar, ayda bir kesinlikle ilgilenmem gereken ayrı bir yığına yerleştirilirdi, nihayetinde faturaları düzenli ödeme âdeti geliştirdim; faturaları ödememenin sonuçları çok vahim oluyordu çünkü. Diğer mektuplar –bazıları açılmış, bazıları açılmamış halde– "daha sonra" ilgilenilmek üzere masanın arkasına doğru ayrı bir yığın oluştururdu. Nihayetinde mektuplar masanın arkasından yere doğru dökülmeye başlardı; ki orada da uzun zaman, bazen de sonsuza dek, fark edilmeden kalırlardı. Bu yolla söz konusu yığın, ortaya çıkan diğer çok acil işleri yapmamaya yarayacak görevlerin bulunduğu bir depo olarak, idare edilebilir halde kalmaya devam ederdi.

Bu sistem ara sıra talihsiz sonuçlar doğururdu. Bazı mektuplar masanın arkasına düşerdi ya da çok önemli olmalarına rağmen yığının içinde açılmadan kalırlardı. Ama bunların çok azı elbette. Mektubun yanıtlanması birisi için çok hayatiyse, genellikle söz konusu kişi bana telefonla ulaşır ya da başka bir mektup yazardı, ben de ilk gelen mektubu arayıp bulur, ilgilenirdim. Ama ben bile ABD Vergi Dairesi'nden gelen ve acil mührü vurulmuş mektupları gözden kaçıracak kadar aptal değildim.

Mükemmel olmaktan uzak bir sistemdi bu, ama bazen iyi yanları da vardı. California Üniversitesi'nde (UCLA) genç bir öğretim üyesi olarak çalışırken, bir süre yüksek lisans başvurularından sorumluydum. Küçük bir bölümdü, bu yüzden bölüm başkanı bir sonraki toplantıya en iyi adaylardan oluşan bir listeyle gelmem gerektiğini hatırlatana kadar başvuru dosyalarını üst üste yığma eğilimindeydim. California Üniversitesi'nden ayrıldıktan on yıl kadar sonra, Stanford'daki bir araştırma enstitüsü için bağış toplamaya çalışıyordum. Yüksek kalite modemler üreten bir Silikon Vadisi şirketinin CEO'suyla yemeğe çıktım. O günlerde herkes evden çevirmeli hatla ana sisteme bağlanan bilgisayarlar kullanma arzusundaydı ve

1200 baud'luk modemler teknoloji harikası sayılıyordu; herkesin sahip olmak isteyeceği türden pahalı bir donanımdı. Söz konusu CEO'nun şirketi bunların en iyilerini üretiyordu. Gerçekten de epey başarılı biriydi.

Yemek sırasında CEO'nun California'daki bir devlet üniversitesinde felsefe eğitimi gördüğü ve yüksek lisans derecesi almak için benim çalıştığım California Üniversitesi'ne başvuruda bulunduğu ortaya çıktı. Başvuruyu yapmıştı çünkü mezuniyetinden sonra ne yapacağını bilmez haldeydi. UCLA'dan başvurusuna hiçbir yanıt alamamış, ama yanıt beklerken bir yandan da kendi modem şirketini kurmuş, ki bu şirketten bir servet elde etti. Sanırım neler olup bittiğini biliyorum, dedim. Başvuru mektubu bana gelmiş, masanın üzerindeki yığına katılıp arkaya düşmüş olmalıydı, bu yüzden de hiçbir zaman yanıtlanamadı. Bir an kendimi çok kötü hissettim.

Ama bu CEO başvurusunu böyle heder ettiğim için bana son derece müteşekkirdi. UCLA'dan da olsa felsefe bölümünden yüksek lisans diploması almak şöhret ve servet getirmez genellikle; bilhassa kendi hayatıyla başka ne yapacağını bilmediği için felsefe bölümüne girenlere. Yani işler onun için gayet iyi gitmişti. Araştırma enstitüsüne bağışta bulunmadı, ama bana 1200 baud'luk birinci sınıf bir modem verdi.

E-postaların benim mektuplarla başa çıkma yöntemlerimi değiştirdiğini düşünebilirsiniz. Bir e-postayı yanıtlamak eski usul postaları yanıtlamaktan çok daha kolaydır. Yine de, en azından benim durumumda, yapısal ertelemeci psikolojisi modern teknolojiyi kolayca alt eder.

Bana gelen postaların çoğu masamda değil bilgisayarımdaki gelen kutusunda artık. Gmail kullanıyorum, istenmeyen postaları temizlemekte ve otomatik olarak silmek istemediğim iletileri dosyalara ayırmakta iyi iş çıkarıyor, ama bunların gerçek bir erteleme bunalımına girersem zaman ayıracağım şeyler olduğunun farkındayım; mesela kongre temsilcimden gelen raporlar, forests.com'un gönderdiği son çevre tahribatlarıyla ilgili açıklamalar ya da Rotary toplantılarının tutanakları…

Geri kalanlar gelen kutusunda üst üste yığılıyor. Artık her nedense, gelen e-postaların çoğunu –hepsini değil elbette– geldiği gün yanıtlarım. Arada sırada yanıtlanmamış iletilere ulaşmaya çalışırım, özellikle gelen kutumdaki yanıtlanmamış mesajlar 100'e yaklaştığında. İnsanlar bana, önceki iletilerinin elime ulaşmadığını varsayarak kısa mesajlar gönderir, ben de ilk postayı arayıp yanıtlamaya çalışırım. Ama tıpkı es-

kiden masamın arkasına düşen mektuplar gibi, uzun süre yanıtlanmadan duran belirli sayıda e-postam olur. Bazen, söz konusu e-postalara nihayetinde ulaşınca, onları görmezden geldiğim için kendimi çok kötü hissederim. Neyse ki suçluluk duygusunun üstesinden gelmekte gayet mahirim. Ama görmezden geldiğim her e-posta için, daha önemli bir işi yapmamanın bir yolu olarak anında yanıtladığım bir e-posta vardır; yanıtı o kadar hızlı gönderirim ki alıcı benim süratim karşısında şaşkınlığa kapılır.

İşleri daha iyi yönetmek için e-posta olanaklarını kullanmaya çalışırım. Kesinlikle Görmezden Gelinmemesi Gereken Çok Acil E-Postalar başlıklı bir dosya oluşturdum ve önemli görünen, ama geldiği gün yanıtlamak da istemediğim her postayı o dosyanın içine atmaya bir süre kendimi zorladım. Ama ardından dosyayı da unuttum, birkaç ay sonra tesadüfen buldum.

Gmail bir mesajın üstüne küçük bir yıldız işareti koyup arşivlemenize olanak sağlar. Mesaj gelen kutunuzdan kaybolur, bu da size bir başarı hissi verir. Ama bir şeyi kaldırıp çöpe atmak gibi değildir bu. Daha sonra pek çok iş başarmaya uygun bir ruh halindeyken yıldızlı mesajlar dosyasını seçebilirsiniz, böylece

liste gelen kutunuzda tekrar belirir. Yanıtlamaya hazır olmayıp gelen kutusunda da görmek istemediğim önemli mesajları işaretlemenin muhteşem bir yolu gibi görünür bu. Ama gelen kutusunda durmaya devam ettiği sürece bu yöntem ikinci bir listenin oluşumuna yol açar, yani ortada bir kazanım yoktur. Kendimi hevesli hissedip yıldızlı mesajları yanıtlamaya koyulduğum durumlar da pek nadirdir.

Yapısal ertelemeci, e-postanın en korkunç tehlikelerinin birinden kaçınmak için bir avantaja sahiptir. Eski günlerde elinize bir mektup ulaşınca, oturup hemen yanıt yazsanız bile tekrar karşılık alabilmek için dört ila altı gün beklemeniz gerekirdi. Ne var ki e-postayı aldıkları anda yanıt yazıp topu size atarak sizden tekrar karşılık bekleyen belirli bir insan türü var. Bu durum ertelemeciler için son derece sinir bozucu olabilir, çünkü bir e-postayı yanıtladıkları için kendilerini yeterince takdir edemeden aynı kişiden hemen bir e-posta daha almışlardır. Böyle insanlar benim kendilerinden biri olmadığımı öğrenirler; ilk e-postayı hemen yanıtlamış olsam bile, ikinci e-postayı savsaklayacağım neredeyse kesindir. Bu durum hevesli yazışmacıların canını sıkar ve bazıları da ertelemecileri düzenli yazışma listesinden çıkarır. Ne yazık ki çoğu bundan da ders çıkaramazlar.

Boğulmadan Sörf Yapmak

Yazıştığımız bazı kişiler, e-postalarına iliştirilmiş ve bize faydası dokunacak ilgili web sayfalarının linklerini de gönderirler, ama bu linklere tıklamak sizi içinden çıkılmaz labirentlere de sürükleyebilir. Web sitelerini kurcalayarak, bir siteden diğerine sıçrayarak saatler harcayabilirsiniz, sonra bir bakarsınız ki güneş batmış, gün bitmiş. Bazen beklenmedik şekilde kârlı da olabilir bu. Mesela ahırınıza uygun –ahırınız varsa tabii, benim yok– metal çatı örtüleri ya da Tacikistan tarihi gibi konularda küçük uzmanlık rezervleri yaratabilirsiniz. Bu uzmanlık birikimlerinin sohbet sırasında ya da kare bulmaca çözerken yararlı olduğu ortaya çıkar bazen. Ama hiçbir şey elde edemeden bir iki saat, hatta bir iki gün zaman kaybetmek de mümkündür.

Alakasız bir internet sitesinden daha da alakasız sitelere doğru sörf yapmak ıvır zıvır TV programları izlemeye benzer biraz. Ivır zıvır programları izlemeyi sadece irade gücüne güvenerek bırakmak epey zordur. Bir ginzu bıçağının, sebzeleri taze tutan yeşil poşetlerin, bas gitara benzeyen ve kullanınca "99 Bottles of Beer" şarkısının çaldığı tirbuşonun kaç para edeceğini görmek için bir saat daha harcamaya razı olurum, üstelik bunların hiçbirini satın alma niyetim yokken.

Öğle yemeği, acilen tuvalete gitme ihtiyacı, tamamen sıkıcı bir reklam ya da Paris Hilton ya da Glenn Beck'in herhangi bir şey yaptığı herhangi bir program türünden büyüyü bozacak bir şeye ihtiyacım vardır.

İnternete gireceğim ve kaçınılmaz olarak sörfün ayartılarına kapılacağım kesinleşince uyguladığım bir hile öğrendim. İnternet oturumumu, bazı doğal gelişmelerin beni bölüp büyüyü bozacağı kaçınılmazsa açmaya çalışıyorum. Acıkınca, eşimin gelip daha önce yapmam gereken bir angaryayı bana hatırlatacağından emin olduğumda ya da mesanemin dolu olduğuna dair ilk işaretleri alınca çevrimiçi oluyorum. Dizüstü bilgisayar kullanıyorsanız, e-postanızı yazmaya oturmadan evvel bilgisayarın fişini çekmek de bir başka hiledir; batarya bittiğinde büyü de bozulacaktır; gerçi bataryaların ömrü uzadıkça bu taktik de daha az faydalı hale gelecektir.

Hiçbir şey işe yaramazsa, sizi bir saat sonra uyaracak bir alarm kurun. Elbette bu girişimler, Tacikistan hakkında bilmeyi isteyeceğinizden daha az şey bilmenize yol açabilir.

ALTINCI BÖLÜM

Yatay Organizasyoncunun Müdafaası



Solaklık doğası gereği herhangi bir işlevsizlik yaratmaz, ancak dünya sağ elini kullananlara göre dizayn edildiği için, ciddi bir dezavantaja dönüşebilir bu. Üniversite dersliklerindeki sandalyeleri düşünün,

not almayı kolaylaştırmak için sağ yanlarında katlanabilir küçük masalar vardır. Solak biri sol dirseği havada ya da sağa dönüp kendini sıkıştırmış halde yazmak zorundadır; dirseği sağ elini kullananların not defterlerini koyduğu yerdeyken, kendi not defteri sağ elini kullanan kişilerin dirseklerini koydukları masaya sıkışmış haldedir. Solak olmayı bir durumsal dezavantaj olarak tanımlayabiliriz; ortam sağ elini kullanan insanlar hesaba katılarak düzenlendiği için, solaklık bir dezavantajdır.

Solak değilim, ama benim de az bilinen bir durumsal dezavantajım var. Dikey organize olanlara göre tasarlanmış bir dünyada yatay biçimde organize olan biriyim. Bu mesele tartışılmaya değerdir, çünkü kendi deneyimlerime göre yapısal ertelemecilerin ezici çoğunluğu yatay organize oluyor.

Dikey organizasyon fikri uzun, dikey dosya dolaplarından ileri gelir. Bir gün tüm bunlar müphem bir hatıraya dönüşecek, dünya kâğıttan arınacak. Ama dosya dolapları pek çok ofiste hâlâ varlığını sürdürüyor. Yatay organizasyoncular boşuna kederlenmiyor; bu dolaplar farklı bir yaşam tarzının hatırlatıcısı. Ne var ki dikey organize olanlar onları gerçekten de kullanıyor. Hatta dikey organize olmanın en temel ala-

metlerinden biri bu dolapları kullanabilme yetisidir. Organize olabilme üzerine bir blog sayfasında yazan Sally Allen şöyle hoş tavsiyelerde bulunuyor:

> Evrak akışını nihai menziline yönlendirin. Ama bir saniye, nihai menzil diye bir şey yok mu diyorsunuz? Ne var ki, dostlarım, yığınlar bunlardan oluşur; yuvasını arayan kayıp evraklardan... Kendinize uygun bir dosyalama sistemi yaratmak gökkuşağının sonunda altın dolu bir küp bulmak gibidir. İyi bir dosyalama sistemi kontrolü tekrar ele almanızı sağlayacak, mesleki imajınızı güçlendirecek ve verimliliğinizi artıracaktır.

Sally Allen'ın hoş biri olduğundan ve bu konuda haklı olduğundan kuşkum yok. Ama kendisi bir dikey organizasyoncu. Dikey organizasyoncular bir saat, bir gün ya da bir hafta sonra el atmayı planladıkları materyalleri depolamak için dosya dolapları kullanmayı doğal bulur. Bir şeye tekrar ihtiyaçları olduğunda dosya dolabına uzanır, klasörü çıkarır ve çalışmaya devam ederler. Bütün bu nosyonun yatay organizasyonculara ne kadar yabancı olduğunu anlayamazlar.

Geçenlerde, Palo Alto Tıp Merkezi'ne bana kestikleri faturanın neden yanlış olduğunu ve onlara neden

aslında düşündüklerinden daha az borcum olduğunu açıklayan bir mektup üzerinde çalışıyordum. Biraz karmaşık bir işti, masamın üzerinde yayılmış başka faturalar ve yazışmalar vardı. Ofisten ayrılana kadar mektubu tamamlayamadım. Bir dikey organizasyoncu bütün bu evrakları ileride tekrar ele almak üzere toplayıp bir dosyaya yerleştirirdi. Bunu yapsaydım masamda boş bir bölge kalırdı. Bu boş bölgeler dikey organizasyoncunun alametifarikasıdır. Foyaları böylece ortaya çıkar.

Elbette ben öyle yapmadım. Tamamlanmamış mektubu ortalığa saçılmış diğer malzemelerle masamın üzerinde bıraktım. Daha doğrusu tüm bu malzeme tam olarak masamın *üzerinde* değildi; çünkü devam eden diğer projeler halihazırda masamdaydı zaten; yazdığım mektup ve mektubu destekleyici belgeler yarısı notlanmış sınav kâğıtlarının, yarısı yazılmış sunumların, yarısı okunmuş broşürlerin ve diğer evrakın tam üzerinde yer alıyordu.

Gerçek şu ki ben bir yatay organizasyoncuyum. Üzerinde çalıştığım her şeyin önümde dağılmış halde durmasını severim, ki böylece tüm bu işler beni onlar üzerinde çalışmayı sürdürmeye davet edebilsinler. Bir şeyleri dosyaya koyarsam, onları bir daha görmem.

Sorun benim bu evrakları bulmam değildir (gerçi bulamadığım da olur), mesele onları aramamamdır. Bir dosya dolabını açıp üzerinde çalışmayı sürdürmek üzere yarı-tamamlanmış bir işi aramaktan yapısal olarak acizim.

Bilgisayarların bu meselenin üstesinden gelebileceğini düşünebilirsiniz, ama bir önceki bölümde de gördüğümüz gibi, gelmezler. Yatay organizasyoncu her şeyi bilgisayarının masaüstünde bırakır, ki gerçek bir masa gibi karman çorman olabilir bu da. Daha önce de açıkladığım gibi, benim gibi biri dikkatini e-posta yanıtlama işine verecekse eğer, sadece gelen kutusundaki postalarla ilgilenebilir. Bir klasör yaratıp onu da "Acil İşler" diye etiketlemesi işe yaramayacaktır. Bu klasörü açmaya asla zaman bulamayacaktır.

Ben de dosya dolaplarını kullanırım: (1) bir daha yüzüne bakmayacağım tamamlanmış projeleri depolamak için ve (2) savsakladığım için kendimi kötü hissetsem de okumaya asla niyetim olmayan metinleri yerleştirmek için. Eski bir meslektaşınızın yeni tamamladığı sıkıcı ve uzun bir makaleyi size gönderdiğini varsayın. Makaleyi kaldırıp çöpe atmak zalimce ve acımasızcadır; ayrıca onunla tekrar karşılaştığınızda yalan söylemek durumunda kalacağınıza kuşku

yoktur. Ama makaleyi dosya dolabına kaldırırsanız, "Evet, makalen bu yaz okuyacağım metinler klasöründe," demeniz mümkün olur. "Bu yaz okuyacağım metinler" diye bir klasör oluşturup bu metni de içine yerleştirmekten daha fazlasını yapmanıza lüzum yoktur. Yani gerçekte yalan söylemezsiniz; makaleyi bu yaz (ya da herhangi bir yaz, sonbahar, kış, ilkbahar) okuma ihtimaliniz sıfır olsa da.

Masamın mevcut halinin Sally Allen gibi dikey organizasyoncuların eleştirel yorumlarını cezbetmesi muhtemeldir. Bu insanlar, evraklarla tıka basa dolu bir masanın tertipsiz bir insanın alameti olduğunu düşünmeye yatkındır. Ama durum böyle değil. Daha önce bahsi geçen sandalyelerden birine oturmuş ezile büzüle not almaya çalışan solak bir öğrenciye bakıp düzensiz olduğunu düşünmeye benzer bu. Sorun solakların bir durumsal dezavantajın mağduru olmalarıdır. Aynı şey yatay organizasyoncular için de geçerli. Bütün dünya, dosya dolabı örneğinde de gördüğümüz gibi, dikey organizasyoncuları her şeyin üstünde tutmak üzere kurulmuştur. Yatay organizasyoncuların sahip olduğu yegâne şeyler dosya dolaplarının üstü, dip dibe koltuklar ve zemindir. Birileri yatay organizasyoncular için kullanışlı bir depolama ve erişim

sistemine yatırım yapmayı düşünseydi, biz de herkes kadar düzenli ve tertipli olurduk.

Benim başka bir fikrim var. Ofisimde masa yerine Çin restoranlarındaki geniş yuvarlak döner tepsilerden olsaydı çok hoşuma giderdi bu. Döner tepsi masanın üzerine konan ve yemek yiyenlere tabaklarını koyacak kadar yer bırakacak şekilde masanın çoğunu kaplayan, dairesel olarak dönen bir platformdur. Çeşitli yemekler dönüp duran (düşük bir hızda elbette, yoksa tişörtünüz mantarlı tavukla kaplanır) döner tepsiye yerleştirilir, böylece masada oturan herkes yemeklere ulaşabilir.

Sanırım beş metre eninde bir döner tepsi ofisime uygun düşerdi. Bütün hayatım bu döner tepsinin üzerine serilebilir, tepsinin üzerinde alfabenin harfleri pasta dilimi şeklinde etiketlenebilirdi. Tıp Merkezi'ne hitaben yazdığım mektubu bitirince tepsiyi çevirip doğru bölüme ulaşır ve mektubu oraya yerleştirirdim. (Sanırım "Tıp'ın" T'si doğru harftir. Belki de "Merkez'in" M'si daha doğrudur. "Dilekçe'nin" D'si, "Bitmemiş'in" B'si ya da "Keyfimi kaçıran konuların" K'si de uygun olabilir. Döner tepsim olsaydı eğer, böyle kararlar almanın püf noktasını da öğrenirdim eminim.)

Döner tepsimde hazır halde duran projelerimin her biri, dosyalanıp bir köşeye kaldırılsalardı asla elde

edemeyecekleri dikkatimi kendilerine çekebilirdi. Sanki bir dikey organizasyoncuymuşum gibi son derece tertipli bir şekilde düzenlenirlerdi.

İtiraf etmek gerekir ki beş metre enindeki bir döner tepsi ofisimde epey fazla yer kaplardı. Kendimi oyuncak tren kulübü fotoğraflarında gördüğüm insanlar gibi hayal ediyorum. Tüm oda tren için yapılmış modellerle dolup taşar; küçük kasabalar, kâğıt hamurundan dağlar, her yöne uzanan raylar... Operatör tüm bu malzemenin arasında kaybolur ve bir yerde birden ortaya çıkar. Gerçi döner tepsi yuvarlak ve benim ofisim kare olduğu için, koltuğumun muhtemelen artakalan köşelerden birine yerleştirilmesi gerekirdi. Odaya girer, döner tepsimin altından köşeye kadar sürünerek ilerler ve en az dikey organizasyoncu biri kadar verimli ve tertipli çalışmaya hazır halde aniden ortaya çıkardım. Oyuncak demiryolu tutkunlarının giydiği gibi bir kumaş makinist şapkası da giymek isterdim, ama bunun sistemin işlemesi için mutlak bir gereklilik olduğunu sanmıyorum.

YEDİNCİ BÖLÜM

Düşmanla İşbirliği?



Ertelemeyle başa çıkmanın en iyi yolu ertelemeci olmayan insanlarla çalışmaktır belki de. Hayır, gayrı-ertelemeciler düşman değildir. Tam aksine. Pek çok durumda da şahit olunabileceği gibi, onların sinirlerini biz bozarız. Normal çalışma alışkanlıkları

bize yabancı ve tehditkâr görünür. Ama mevzu işleri halletmeye gelince onlardan daha iyi çalar saatler bulamazsınız; tabii kapaması daha zor türden çalar saatlerdir onlar. Ertelemeci olmayan insanlarla çeşitli ortak metinler yazdım, işler gayet iyi gitti. 1980'lerde, keskin zekâlı bir mantıkçı olan merhum dostum Jon Barwise'la ortak bir kitap yazdık. Barwise'ın yazmaya yaklaşımı şöyleydi: Kitapta ne söylemek istediğini belirlemek, bir taslak hazırlamak, yazmaya koyulmak ve iş tamamlanana kadar çalışmak. Böyle tuhaf bir sistemi nasıl uydurdu bilmiyorum. Yazmayı kabul ettiğim bölümleri, onun yazmayı kabul ettiği bölümlerin bitişiyle aşağı yukarı aynı zamanda tamamlamam gerektiğini düşünüyordu. Arkadaşlığımız açısından zorlayıcı bir deneyimdi, ama kitabı tamamladık ve ortaya iyi bir iş çıktı. Barwise'ın yöntemi ve yöntemini uygulayışındaki başarı benim için bir aydınlanma ânı oldu, ona daha çok benzemeye ahdettim; ama işe yaramadı.

Yıllar önce, adına *Felsefe Konuşmaları* dediğim, felsefeyi merkeze alan ve ulusal bir radyoda yayınlanacak bir sohbet programı fikri geldi aklıma. Bu fikirden çok keyif aldım, tabii gerçekleştirmek için hiçbir şey yapmadım. Sonra arkadaşım Ken Taylor'a bundan bahsettim. Ken de benim gibi Stanford Felsefe Bölümü'nün

bir mensubu. Ve yine benim gibi televizyona değil radyoya uygun. İkimiz de dil felsefesini severiz. Ama diğer pek çok yönden bana ve diğer felsefecilere hiç benzemeyen biridir. A sınıfı, tuttuğunu koparan bir gayrı-ertelemecidir. Ben daha ne olduğunun farkına varamadan, Ken'le birlikte Stanford'dan pilot bölüm için para isterken ve ulusal radyo toplantılarına katılırken buldum kendimi. Biraz fon bulduk, bir pilot bölüm çektik, bir toplantıya gittik ve radyo yöneticilerini yakalayıp onlara bu harika fikrimizi açıkladık. Bize epey inanmaz gözlerle baktılar ve neden radyo dinleyicilerinin bile bir saatlerini felsefecilerin özgür irade, Tanrı'nın varlığı, nihilizm ya da sayıların gerçek olup olmadığı gibi konularda konuştuğu bir programı dinleyerek harcamayacaklarını anlattılar. Cesaretim kırıldı, vazgeçmeye hazırdım. Ama Ken, Ben Manilla'yla tanışana kadar vazgeçmedi. Ben, epey enerjisi ve bağlantıları olan ve tıpkı Ken gibi ertelemecilikten nasibini almamış bir radyo yapımcısıydı.

Şimdiyse pek çok istasyonda yayınlanan, kadirbilir ve kalabalık bir dinleyici kitlesine sahip *Felsefe Konuşmaları* adlı bir radyo programımız var. (Bu fikir, pek çok radyo yöneticisinin vizyonunun aksine size ilginç geliyorsa philosophytalk.org sayfasını ziyaret edin.)

Sonraki programları planlamak üzere her hafta bir konferans bağlantısı düzenliyoruz. Ken, yeni temalar için fikirler, muhtemel konuklar ve konular üzerine malumatlar sunabilecek öğrencileri de bu toplantılara davet ediyor. Her pazar sabahı 10'da programı sunmak üzere San Francisco'ya, o sevimli KALW stüdyolarına gidiyoruz. Benim bile gönlümce erteleyemeyeceğim bir görev böylece oluşturuldu.

Tıpkı alarm kurmak gibi, gayrı-ertelemecilerle işbirliği halinde çalışmak da işe koyulma kararını başkasının dolaysız kontrolüne bırakmanın bir yöntemidir. Tabii bunun olumsuz yanı, o başkasının epey çok çalışmasıdır.

Ertelemeciler işbirliği halinde çalışırsa neler olur diye sorabilirsiniz. Savsakladıkları görevlerle üzerinde çalıştıkları işler doğru sıralandığı müddetçe, iki ertelemeci epey iş başarabilir. Şimdiki işbirlikçim Basklı bir felsefeci olan Kepa Korta. Benim kadar olmasa da kendisi kesinlikle bir ertelemeci. Yine de, planladığımız tarihten sadece bir yıl sarkarak *Critical Pragmatics* [Eleştirel Edimbilim] kitabını nihayetinde tamamladık. Gerçi hâlâ nasıl başardığımızı bilmiyorum ama, kitabı yazdık.

Bir diğer işbirlikçim olan David Israel ise ertelemeci değil. Belki de bir zamanlar öyleydi. Öyleyse bile, söz konusu alışkanlığı uzun zaman önce yenmiş olmalı. Kendisi bilgisayar endüstrisinde çalışan bir bilgisayar bilimci. David'in yine de kendine has bir kusuru var, ki bu kusuru da ilk ben teşhis etmiş olabilirim. Onun sıkıntısına *sağ ayraç eksikliği bozukluğu* ismini verdim. David'in kafası genellikle öyle çok düşünceyle doludur ki –özellikle de söylediğim her şeye yönelik itirazlarla–, başka bir düşünceyi dile getirmeden önce bir önceki düşüncesini tamamlayamaz. Dile getirdiğim herhangi bir fikir karşısında David'in tipik yanıtı şöyle ilerler:

> Bir ayrıma ihtiyacımız olduğu konusunda haklısın (gerçi, bu arada, bir ayrıma neden ihtiyaç duyduğumuz konusunda da kafam epey karışık (ki gerçekte bu da doğru bir ayrım değil (bir ayrımın esasta ne olduğu da epey sorunlu bir mesele aslında...

Sol ayraçta hiçbir kıtlık yaşamaz, ama kendi adına David, kafasındaki sayısız düşünceyi bir sona kavuşturmak için gereken sağ ayraçları asla kullanamaz.

Yine de birlikte çok iyi çalışırız, çünkü zihnim konu dışı ilk birkaç konuşmadan sonra dağılır ve ileri sürdüğü düşüncelerden en makulü hangisiyse onu tamamlamak üzere işe koyulur, gerisini görmezden gelir. Sohbetlerimiz hep böyle ilerler ve eninde sonunda bir yerlere varırız, hatta birkaç iş tamamladığımız da olur. David'le çalışmak o kadar eğlencelidir ki hiç ıstırap duymaz insan; cümleleri tamamlamaktaki yetersizliğine ve işleri bilfiil halletmekteki ısrarına rağmen.

Birlikte çalışma şansına eriştiğim işbirlikçilerimin çoğu az çok takıntılı olmaya eğilimliydi. Ortada bir görev varsa üzerinde çalışmaya koyulurlar. Benim sarsılmaz ilkelerimden biri de, işin ehli tarafından halihazırda yapılmış bir işi asla yeniden yapmamaktır. Erteleme alışkanlığımı ne kadar yenmeye çalışırsam çalışayım, ortak bir proje için bazı işlerin yapılması gerektiğinin apaçık hale geldiği zamanla, benim o işleri yapmaya koyulduğum vakit arasında muhtemelen kısa bir duraklama devresi olur. İşbirliği halinde çalıştığım insanlarsa sık sık işe başlamış olur. Şikâyet etmiyorum.

Demem o ki işbirlikçilerinizi iyi seçerseniz, sizin işe koyulmaya hazır hale geleceğiniz zamana kadar, onlar zaten sayısız işi halletmeye başlamış olacaklar-

dır muhtemelen. Bu illaki sizin daha az iş yapacağınız anlamına gelmez. Tamamladıkları güzel işler için işbirlikçilerinize iltifat etmeyi kendinize iş edinin. Siz savsaklayıp dururken onların çalıştığının farkında olduğunuzu bilmelerini sağlayın. Gayrı-ertelemecilerin belki de zaman ayıramayacakları görece önemsiz pek çok görevi üstlenmek için yapısal ertelemeci yeteneklerinizi kullanın. Onlara yemek ısmarlayın. Güzel bir müzik açın. Mutlu olmalarını sağlayın.

SEKİZİNCİ BÖLÜM

Yan Faydalar



Yapısal ertelemeci olmanın ek faydalarından biri de, yapılacaklar listesinin üst sıralarında yer alan önemli bir görevin bazen ansızın ortadan kaybolmasıdır. Kısa bir süre önce bir sabah, eski bir öğrencim için

referans mektubu yazmak üzere çalışmam icap ediyordu. Doktorasını alalı epey uzun zaman olmuştu; hoş ama sıkıcı bir beldedeki bir üniversitede kadrolu öğretim üyesi olarak çalışıyordu; denildiği gibi, çocuk yetiştirmek için ideal bir yer. Ama çocukları artık büyümüştü, çocuk büyütmek için daha az ideal olan bir yerde iş bulmak istiyordu. Böylece referans mektubu yazmayı kabul ettim. Göz korkutucu bir görev değildi, yine de önemliydi.

Sonra tam da o sabah bana harika bir haber gönderdi. Başvurduğu bütün pozisyonlar, aday listelerini daralttıktan sonra referans mektubunu doğrudan talep edecek türde işlerdi. Nihayetinde referans mektubu yazmak zorunda değildim. Birileri rica edene kadar bu işi bir kenara bırakabilirdim. Bu da zaten aylar alırdı. Bolca zaman! Aslında pek değil, çünkü o e-postayı almasaydım da yapmakta olduğum aynı işi yapmam lazım gelirdi. He halükârda yazmam gereken bir mektubu yazmayarak günümü harcamamış oldum. Böylece bana suçluluk duygusundan azade bir zaman bağışlanmış oldu.

İlk bölümde kendini kandırma becerilerinin –ertelemeciyi nihayetinde o kadar da hayati olmayan çok önemli işleri yapmamanın bir yöntemi olarak faydalı

işler yapmaya sevk ederek– yapısal ertelemeciye nasıl faydalar sağladığını incelemiştik. Ama böyle günlerde gelişmiş kendini kandırma becerileri gerekli değildir. Söz konusu referans mektubunu haftalar önce, benden ilk rica edildiği anda yazmam gerekirdi. Bunun yerine, yumurta kapıya dayanmadan bir hatırlatıcı (ya da iki, hatta üç) kuracağımı varsayarak, bu işi savsakladım. Mektubu erkenden yazsaydım bu tamamen bir zaman kaybı olabilirdi. Ya da kısmi bir zaman kaybı olabilirdi; eski öğrencim belki başka bir makale daha yazardı ya da mektup talep edilmeden önce başka bir yerden burs bulurdu, böylece referans mektubunu yeniden yazmam gerekirdi. Mektubu kaybetmek, yanlış dosyalamak, yanlışlıkla silmek ya da yedeklemeye kalmadan hard diski yakmak gibi küçük ihtimaller de söz konusuydu. Dünyanın ya da akademisyenlik mesleğinin ortadan kalkması da bir ihtimaldi.

2011 tarihli *Melankoli* filminde, Melankoli isimli bir gezegen dünyaya çarpıp onu yok etmek üzeredir. Bir süre sonra, bu felaketin hemen öncesinde, çarpışmanın kaçınılmaz olduğu ortaya çıkar. Kirsten Dunst, psikolojik manada gayet dengeli kız kardeşi, kayınbiraderi ve küçük çocuklarıyla birlikte yaşayan son derece depresif bir genç kadın rolündedir. Dep-

resif Kirsten Dunst'u, dünyanın kaçınılmaz sonuyla, psikolojileri normal olan diğer aile üyelerine nazaran daha ustaca başa çıkarken izleriz; melankolisi yeğeninin korkularının üstesinden gelmesine olanak sağlar. Benim teorime göre, onun depresyonu yüksek dozda ertelemecilik de içerir; sükûnetinin ve dinginliğinin nedeni tüm o aptalca görevleri yapmak için zaman kaybetmediğini düşünmesindendir. Dünyanın sonunun onun ertelemeciliğinin bir yan faydası olduğunu söylemek istemem; ama tüm o sükûnet ve dinginlik de ortada.

"Bugünün işini yarına bırakma" diye ünlü bir vecize vardır. Epey absürt bir vecize. Her günün gece yarısında bittiğini varsayalım. Bu vecizeye göre saatler gece yarısını göstermediği sürece, bir iş üzerinde çalışmanız gerekir; bu işi yarın da gayet güzel tamama erdirebilecekken hem de. Bir yığın şeyin yanı sıra, bu aynı zamanda *The Daily Show with Jon Stewart* ya da *The Late Show with David Letterman* gibi programları izleyemeyeceğiniz anlamına gelir; bunları izlemeyi birer görev saymadığınız sürece. Böylece güncel olaylarla ve önemli kültürel trendlerle bütün bağımızı yitiririz. Ayrıca, yarına bırakmadan bugün yapabileceğiniz hiç ama hiçbir şey olmadığı müddetçe, gece yarısından önce asla uyumamanız anlamına da gelir bu.

İşte size daha iyi bir tavsiye: "Yarın ortadan kaybolabilecek hiçbir işi bugünden yapma." Ama bir yapısal ertelemecinin böyle tavsiyelere ihtiyacı yoktur. Böyle durumlara kendiliğinden uyum sağlarsınız. İşte bu da bir yan faydadır.

Öncelikler listenizde tamamlamanız gereken görevler ortadan kaybolur. Bunun gerçekleşmesinin bir yolu da söz konusu görevleri tamama erdirmenizdir. Ama görevlerin eriyip gitmesinin başka yolları da vardır. Bunları belki de başkaları yapar. Birilerinin sabrının tükenip işi halletmesini bekleyerek yapmanız gereken işi savsaklarsanız, hem manipülatif hem de rahatsız edicidir bu. Ama belki de sadece acele etmiyorsunuzdur, işi halletmeyi gerçekten isteyen birileri için bir şanstır bu. Örneğin bölüm başkanı, gelecek yılın Kant seminerleri için –bölümün sponsorluğunda davetle gerçekleşen prestijli seminerlerdir bunlar– konuşmacı adayları önermemi rica ediyor. Başkan, bölüm adayları kendi içinde bilahare tartışabilsin diye, bütün adaylar hakkında ayrıntılı bilgiler veren açıklamalı bir liste istiyor. En nefret ettiğim türde görevlerdendir bu. İnsanları değerlendirmek, aralarında seçim yapmak ve yapılan seçimleri bölüm toplantısında savunmak gerekir.

Ama bu işler aynı zamanda bazı insanların yapmayı sevdiği türde işlerdir. Böylece iş ortadan yok olsun ya da en azından kendi kendine basitleşsin diye birkaç gün zaman tanırım. Beklenildiği gibi diğer bölüm üyeleri uzun raporlar eşliğinde bana öneriler sunmaya başlar. Düşünme ve değerlendirme işini onlar halleder. Onların e-postalarını birleştiririm, değerlendirmelerini kısaltırım, bunları yazan meslektaşlarıma bol bol atıfta bulunurum ve böylece işin çoğu bitmiş olur. Hiçbir seçimimi savunmak zorunda kalmam, çünkü meslektaşlarım kendi seçimlerini savunacaklardır. Sürece aktif olarak katıldığımı kanıtlamak için bir iki muğlak isim de ekleyebilirim. Kendilerine karşı, "Önümüzdeki Kant semineri için sizi önerdim," diyecek bir pozisyonda olmaktan hoşlanacağım birkaç isim seçerim. Bölüm toplantısında isimlerinin hararetle tartışılacağı bir seviyeye gelmeyeceklerdir, böylece önerilerimi savunmak zorunda da kalmam.

Bazı görevlerin ortadan kaybolmasının nedeni, olayların gelişiminin onları konu dışı kılmasıdır. San Francisco Giants, 2010 Dünya Beyzbol Serisini kazandıktan sonra 2011 eleme maçlarının biletlerini almaya yemin etmiştim. Elbette takım şampiyonluk maçlarından ve turnuvalardan elenmeden önce zaman ayırıp

da bunu yapamadım. Tanrı'ya şükür zamanından önce bu görevi gerçekleştirmeye soyunmamışım!

Bazen de bir işi yapmak için biraz beklerseniz, işin nasıl yapılması gerektiğine dair faydalı bilgiler keşfedebilirsiniz. Bilgisayarım için yeni bir yazıcıya ihtiyacım var. Bu da seçeneklerin çokluğu karşısında şaşkına döneceğim bir teknoloji mağazasına gitmek anlamına geliyor. Lazerli mi olacak yoksa püskürtmeli mi? Siyah-beyaz mı olacak renkli mi? Sonrasında devamlı pahalı kartuşlar almayı gerektiren bir yazıcıya azıcık para ödemek mi, yoksa ileride az masraf çıkaracak bir yazıcı için peşin peşin bir sürü para bayılmak mı? Zarf baskısı yapabilmek mi benim için önemli, dörde altı fotoğraf baskısı yapmak mı? Yazıcıdan faks çekip tarama yapabilmeli miyim? En son ne zaman faks çektim ki? Ya da bir şey taradım? Yazıcı yeni Mac işletim sistemiyle uyumlu çalışacak mı? Hatta sırf bu iş için yeni Mac işletim sistemini kurmaya zaman ayırmam gerekecek mi? Belki de en iyisi yazıcılarla ilgili internette arama yapmak ya da *Consumer Reports* [Tüketici Raporu] dergisini okumak. Ama *Consumer Reports*'ta yazıcılar üzerine okuma yapmaktansa raptiyeler üzerine uzun uzun tefekkür etmeyi tercih ederim.

Neyse ki dünya bu meseleleri benden daha iyi bilen, en azından belirli fikirleri olan insanlarla dolu. Ya-

rın yazıcılarla ilgili pek çok tavsiye verebileceğinden emin olduğum bir meslektaşımla yemek yiyeceğim. Tavsiyeleri belki de kof çıkacak, ama onun öğütlerini dinlersem ve işler yolunda gitmezse en azından kendimi suçlamak zorunda kalmayacağım. Ya da *Consumer Reports*'un saplantılı bir okuru olan komşuma sorarım. Kendisi mühendistir, bu yüzden benim zihnimde her tür teknik meselenin otoritesi konumunda. Yakında görüşeceğimize eminim. Bugün teknoloji mağazasına gitmeye lüzum yok. Yazıcılar hakkında bir şeyler okumama gerek yok. Yazıcılar üstüne düşünmeme bile gerek yok. Bırakalım koşullar olgunlaşsın. Bu türden kullanışlı düşünme biçimi yapısal ertelemecide doğallığında ortaya çıkar.

Bu noktada biraz daha dikkatli olmalıyım. Ertelemecilerin işleri aksatma yollarına dair kendilerini daha az suçlu hissetmelerini sağlamaya çalışıyorum, çünkü onlar muhtemelen pek çok işi tamama erdiren yapısal ertelemeciler. Bu bölümde bir ertelemeci olmanın gerçek faydalarını değerlendirmeye çalıştım. Ama bu kadar ileri gitmeyi de istememiştim.

Genç bir felsefeciyken, kıdemli bir meslektaşım olan Pat Suppes'a (o zaman da şimdiki gibi ünlü bir bilim felsefecisi ve insan doğasının hünerli bir araştırmacısıydı) mutluluğun sırrının ne olduğunu sormuş-

tum. Bana tavsiyeler vermek yerine, kendileriyle barışık ve mutlu olan insanların ortak özellikleriyle ilgili epey tuhaf gözlemlerde bulundu:

1. Noksanlarının ve kusurlarının çok titiz bir dökümünü yaparlar.
2. Bu noksan ve kusurlara erdem muamelesi yapacak bir değerler sistemi geliştirirler.
3. Söz konusu değerler sistemine uygun yaşadıkları için kendilerine hayran olurlar.

Gaddar insanlar yiğitliklerinden dolayı kendilerine hayran olurlar; kurallara ve ayrıntılara obsesif bir bağlılık duyanlar detaylara olan dikkatlerinden dolayı kendilerine hayran olurlar; doğallığında bencil ve kötü olan insanlar hatayı cezalandırıp yeteneği ödüllendiren piyasa mekanizmalarına yardım etmekteki adanmışlıklarından dolayı kendilerine hayranlık duyarlar vs.

Yoldaş ertelemecilerimin böyle bir tuzağa düşmesini istemem. Erteleme bir kusurdur, iyi gizlenmiş bir erdem değil. Amacımız ertelemecileri kahramanlara dönüştürecek bir hayat felsefesi bulmak değil (gerçi böyle bir felsefenin ilkelerini tespit etmeye çalışmak

eğlenceli olabilirdi). Dikkat çekmek istediğim husus bunun dünyadaki en büyük kusur olmadığıdır; ertelemeci olsanız da sayısız işi tamama erdirebilirsiniz. Ek olarak, kendinizi manipüle etmeye olanak sağlayan gelişkin kendini kandırma becerilerinizle ve az biraz iradeyle, daha makul düzeyde bir ertelemeciye dönüşebilirsiniz. Ve son olarak –ki bu bölümün meselesi de buydu–, bazen kusurların bile kendine has faydaları vardır.

DOKUNCU BÖLÜM

Ertelemeciler Sinir Bozucu Olmak Zorunda mı?



Kitabın ilk bölümünü oluşturan deneme web sayfamda yayınlandı. Bir hanımefendi denemeyi okumuş ve linkini kocasına (ona Neil diyelim) göndermiş; Neil de bana aşağıdaki şu e-postayı attı:

Karım, ki kendisi bir ertelemecidir, bana yapısal erteleme üzerine yazdığınız denemenin linkini gönderdi. Çok eğlenceli bulmuş. Bense rahatsız edici buldum. Denemeniz ertelemeyle baş etmenin etkili bir yöntemini sunuyor olabilir. Ama söz konusu fenomeni açıklamıyor, akademi camiasında diğer yerlere nazaran neden bu kadar yaygın olduğu üzerine de yorum yapılmıyor. Bir üniversite hocası olarak, meslektaşlarımın makaleler üzerinde çalışmaya koyulup haftalarca hiçbir şey yapmadıklarına, notları geç bildirerek not verme sürecini içinden çıkılmaz hale getirdiklerine, haftaları hatta ayları bulan gecikmelerle kitapçıyı çileden çıkardıklarına bizzat şahit oldum. Peki, neden? Sanırım bu durum, Dostoyevski'nin *Yeraltından Notlar*'da tasvir ettiği sapkınlık ruhuyla ilgili kısmen; insanın, bir makine olmadığını kanıtlamak için, kendine zarar veren davranışlarda bulunma dürtüsü. Ama bence esas neden akademik kibirdir; sıradan kuralların, söz konusu kuralları hor görmek başkalarına zarar da verse, büyük düşünürlere uygulanmayacağı inancı yani.

Bu nedenle denemenizin ne nüktedan ne de faydalı olduğunu düşünüyorum; daha ziyade, yüksek eğitimdeki büyük sıkıntıların semptomlarından biri olduğunu düşünüyorum.

Neil bize, sanki bunu hatırlamaya çok ihtiyacımız varmış gibi, biz ertelemecilerin diğer insanların sinirini bozduğumuzu hatırlatıyor; özellikle eşlerimizin ve meslektaşlarımızın sinirini. İlk bakışta Neil'in kendisi bir ertelemeci değilmiş gibi duruyor. Ama deneyimler gösteriyor ki ertelemeciler diğer ertelemecilerin sinirini bozabilir, özellikle evlendikleri kişinin. İnsan eşinden bir miktar daha koyu bir ertelemeci olmalıdır. Hatta gerekmediği halde bile.

Neil'in teşhisine göre, ki bu fikri Dostoyevski'den almıştı, biz ertelemecilerin kendimize zarar veren davranışlarda bulunmasının nedenlerinden biri de makine olmadığımızı kanıtlamaktı. İlginç bir önerme, ama ikna olmuş değilim. En azından, ertelemenin başka insanların en çok rahatsız oldukları kısmını açıklayabildiğini düşünmüyorum. Başkalarını rahatsız etmeyen ama kendime eziyet verecek şeyler yapmak yoluyla da bir makine olmadığımı kanıtlayabilirim kendime. Ders vereceğim sınıfa gitmek üzere yola çıkmayı son dakikaya bırakabilirim, böylece zamanında varabil-

mek için ofisten sınıfa doğru koşmam gerekir. Nefes nefese kalmış halde sınıfa ulaşsam da sadece kendime bir makine olmadığımı kanıtlamış olurum. Yine de bu eşimin ve meslektaşlarımın sinirini bozan türden bir erteleme değildir muhtemelen.

Bence başkalarının en usandırıcı bulduğu erteleme türü, başkalarının sizi kontrol edemeyeceğinin sergilendiği durumlarda ortaya çıkar genellikle. Kendi çalışmalarımla meşgulümdür. Eşim kredi kartı ekstresini kontrol etmem gerektiğini hatırlatmak için ansızın damlar; ekstrede, kendi muntazam yöntemleriyle, şaibeli ödemeler tespit etmiştir. Eşime kalsa yaptığım işi hemen elimden bırakmalı, dizüstü bilgisayarımı bir kenara kaldırmalı ve ekstreyi alıp (ki müşfik bir şekilde suratıma doğru tutmaktadır onu) onun isteğine hemen boyun eğmeliyim; ne var ki kredi kartı ekstresiyle yarın değil de bugün uğraşmam için hiçbir mantıklı neden yoktur.

Muhtemelen önemli bir iş yapmıyorumdur. Belki de online alışveriş sitesinden gelen e-postalara bakıyorumdur, ki söz konusu alışveriş sitesi de vinç, güneş jeneratörü, tork anahtarı ve benzeri malzemeler için indirim kuponları sunmaktadır. Bu malzemelerle hiçbir işim yok, ama böyle aletlere gereksinim duyan

türde biri olmak isterdim. Eşim hâlâ vaktimi boşa harcadığımı bilmemektedir (gerçi muhtemelen bundan şüphelenmektedir). Onun tek bildiği, eğer beni rahatsız etmeseydi, felsefe tarihinin akışını değiştirebilecek bir paragrafın yazımın tam ortasında olduğumdur. Bu yüzden canım sıkılmıştır.

Sonuçta kredi kartı ekstresini kontrol etmeyi normalde erteleyeceğimden de daha uzun süre ertelerim. Mesele kendime zarar vermek ya da bir makine olmadığımı kendime kanıtlamak değildir. Buradaki mesele, bir mesele varsa eğer, yaratıcı düşüncenin (muhtemel) en şiddetli doğum anında kocasını bölmenin bir amaca hizmet etmediğini eşime göstermektir.

Bu davranışım gerçekten de çocukçadır ve verimli yapısal ertelemenin bir örneği olarak temize çekilemez. Yapmaya değer başka bir işi yapmanın bir yöntemi olarak kredi kartı ekstresine bakmayı savsaklamıyorum. Aslında eşim bana, indirim kuponlarını inceleyerek halihazırda savsakladığım işi –gelecek yarıyılın ders kitaplarına karar vermek gibi mesela– daha da savsaklamam için hoş bir fırsat sundu.

Kredi kartı ekstresini hemen kontrol etmemek yoluyla eşimi çalışmamı bölmekten caydıracağım düşüncesiyse oldukça absürttür. Çünkü buradaki aynı örüntü aramızda elli yıldır devam ediyor.

Tavsiyemse şu: Yapısal ertelemeyi, eşinize onun sizi kontrol edemeyeceğine dair kanıtlar sağlamakla karıştırmayın. Bir işi yapmayarak eşinize bir şeyler kanıtlamaya çalışmak, gerçekten mantıksız talepler söz konusu olduğunda geçerli olmalıdır. Ki, kayıtlara geçsin diye söylüyorum, eşimin hiç yapmadığı bir şeydir bu.

Neil'i bilhassa akademideki ertelemeci meslektaşları sinirlendirmektedir. Meslektaşları söz konusu olduğunda ertelemenin muhtemel nedeninin akademik kibir olduğunu düşünür; "sıradan kuralların, söz konusu kuralları hor görmek başkalarına zarar da verse, büyük düşünürlere uygulanmayacağı inancı yani." Neil, bazı ertelemeci meslektaşlarının böyle bir kibre sahip olduğunu ileri sürerken eminim haklıdır. Yine de, kibrin tipik yapısal ertelemeciye konulacak doğru teşhis olmadığından da epey eminim. Pek çoğumuz son teslim tarihlerini kaçırdığımız için kendimizi suçlu hissederiz. Erteleme huyumuzun başkalarına zarar verdiğini görmek de bizi ekseriyetle üzer. Gerçek kibirli akademisyenler kendi ertelemelerini erteleme olarak görmez. Aksine, başkalarının değerini anlayamayacağı doğru öncelikler düzenlemesi olarak görürler bunu: "Kant'ın *Ahlak Metafiziğinin Temellendirilmesi*

kitabını yeniden okumak, bu kitap üzerine halihazırda yayınlanmış yüzbinlerce sayfa çalışmaya on sayfa daha eklemek konusunda bana ilham verebilecekken, tutup sabah sabah sınav kâğıtlarını okumamı mı istiyorlar *gerçekten*?"

Başkalarına sıkıntı verdikleri için vicdan azabı duyan yapısal ertelemeciler, daha mütevazı tipte insanlar olma eğilimindedir. Mesela ben, sınav notlarının son teslim tarihini öğrencilerime sıkıntı vermeden tam anlamıyla ne kadar geciktirebileceğimi dikkatlice belirlerim. Bu da bana fazladan yarım gün sağlar. Bu yarım günü mutlak son tarih olarak, kesinlikle aşılamaz son tarih olarak belirlerim ve sonuçta epey nadiren bu tarihi kaçırırım. Kibirli ertelemecilerle yapısal ertelemecilerin iki farklı alttür olduğuna inanıyorum.

Ayrıca Neil kitapçı hakkında neden bu kadar kaygılanıyor ki? Son kitap siparişlerimle ilgili kaygılanan bir meslektaşım olsaydı onun bir miktar işgüzâr olduğundan şüphelenebilirdim ve bu da beni, eşlerle ilgili yukarıda değindiğimiz türden kontrol-karşıtı erteleme pratiklerinin kucağına itebilirdi. Bu da çocukça ve yakışıksız olurdu tabii.

Muhtemel işgüzârlarla bazı yararlı felsefi öğütleri kullanarak doğrudan yüzleşmek daha iyi olur. Neil'in

e-postasını kendi web sayfamda yayınladıktan sonra, başka bir okurum da cevaben şöyle bir mesajla çıkageldi:

> İnsanlar neden bazen yaya geçidini kullanmaz? Parti 7'de başlayacak denmesine rağmen neden insanlar saat 8'e kadar ortalıkta görünmez? İnsanların çoğu neden "azami" hız limitini aşarak araç kullanır? Kızlar beyefendi erkeklerden hoşlandıklarını söyler ama neden onlarla çıkmazlar? Neden insanlar bir şey söyler ama başka bir şey yapar? Neden herkes sadece kurallara uymakla yetinmez?
> Biraz geniş ölçekli bakın. Çok geçmeden her şey bitecek. Güneş infilak edecek.
> Jim Stone

ONUNCU BÖLÜM

Derin Nihai Düşünceler

İnsan düşünen hayvandır.
—Aristoteles

İnsan düşünen hayvan değil, ussallaştıran hayvandır.
—Robert Heinlein

İnsan, aklın emirlerine uygun olarak davranması istendiğinde her daim çılgına dönen bir düşünen hayvandır.
—Oscar Wilde

İnsanın bir düşünen hayvan olduğu hep söylenegeldi. Bütün ömrüm boyunca bu savı destekleyebilecek bir kanıt aradım.
—Bertrand Russell

Aristoteles insanın düşünen hayvan olduğuna inanıyordu. Elbette mantık ve fikir temelinde akıl yü-

rütme, ölçüp biçme ve eyleme geçme kapasitesine sahibiz. Bu kapasiteyi diğer pek çok hayvana nazaran –bu kapasitenin hem bize bir tür olarak kazandırdığı avantajları abarttığımızdan hem de diğer hayvanlarla aramızdaki farkı gözümüzde büyüttüğümüzden emin olsam da– daha geniş ölçeklere taşıyabiliriz.

Ama ne olursak olalım, bizler sadece rasyonel karar verme makineleri değiliz. Bizler bir yığın arzudan, inançtan, kapristen ve dürtüden oluşuyoruz. Herhangi bir anda çeşitli türlerde sayısız arzu bedenlerimize ve düşünce süreçlerimize hükmetmek için rekabet ediyor. Sorumluluk sahibi olan tarafım bedenimi yataktan kaldırmak istiyor. Keyfine düşkün tarafım devrilip birkaç dakika daha –hatta belki de birkaç saat daha– uyumamı istiyor. Akılcı tarafım e-postalarımı geliş sırasına göre yanıtlamamı istiyor. Meraklı tarafım, beni faydalı işlerden olabildiğince uzun süre uzak tutup boşa zaman harcatacak fırsatlar aramamı, iç gıcıklayıcı bir şeyler var mı diye yeni şeylere göz atmamı istiyor. Bir tarafım sağlıklı ve zinde olmak, diğer tarafım kurabiye yiyip sigara içmek istiyor.

Akılcılık muazzam bir hediye, ama çoğumuz için birbirine benzemeyen bir arzular yığının üstündeki ince bir ciladan ibaret; belki akılcı olmak da ek bir

arzudan, diğer arzularla rekabet eden nispeten zayıf bir arzudan ibarettir. Bazıları için akılcı olma isteği öyle güçlü, baskın bir arzuya dönüşür ki eylemlerinin büyük bölümüne yön verir. Böyle insanlara müteşekkirim. Pek çok şey başardılar; yorucu olmadıkları zamanlarda onlarla çalışmak muhteşemdir; hayatımdaki pek çok iyi şeyi onların çabalarına borçluyum. Elbette enerjilerini hayırlı amaçlara adayanları kastediyorum. Kötülüğün peşindeki kararlılık ve akılcılığın hiçbir erdemi yoktur.

Ancak bir yapısal ertelemecide tavsiye bitmez. Büyük ekonomist ve siyaset felsefecisi Friedrich Hayek, toplum hayatında kendiliğinden örgütlenmelerin merkezi planlamadan genellikle daha verimli olduğunu sık sık vurgulardı. Bunu söylerken insan dili ve piyasa sistemi gibi gelişmeleri kastediyordu. Bu iki gelişme de insan eyleminin ürünüdür, bazı insanların ya da insanların oluşturduğu komitelerin kasti tasarılarının değil. Bütün büyük siyaset felsefecileri gibi Hayek de muhtemelen içgörülerini fazla ileri taşıyordu; o değilse bile talebeleri kesinlikle bunu yaptı. Bu yine de bir içgörüdür. Aynısı bireyler için de söylenebilir. Zamanınızı en iyi nasıl değerlendireceğiniz konusunda muhtemelen sık sık yanılgıya düşüyorsunuz. İşe

yaramaz bir radyo programı hakkında hayallere dalarak zamanınızı harcamak, günün sonunda, üzerinde çalışmanız gereken makaleleri, kitap incelemelerini ve ön raporları –ki çoğu hiç okunmamaya mahkûmdur– tamamlamaktan daha kıymetli olabilir. Yapısal ertelemeciler dünyanın en verimli insanları olmayabilir, ama düşüncelerinin ve enerjisinin amaçsızca avarelik etmesine müsaade ederek, daha disiplinli bir rejime bağlı kaldığı için başarısızlığa uğradığı pek çok işi de sonuca ulaştırabilir. Şimdiye kadar başardıklarınız için kendinizi tebrik edin. Yapılacaklar listesi oluşturmak ve takvim uygulamaları kullanmak türünden bubi tuzaklarını kendi çevrenize yerleştirin. Sizi hiçbir şey başarmamaktan alıkoyacak işbirliklerini örgütleyin. Her şeyin ötesinde, hayatın tadını çıkarın.



Ek

İnsan Alışkanlıktan Nasıl Kurtulur: Riskin Size Ait Olduğunu Bilerek Okuyun

Bu kitaptaki öncelikli hedeflerimden biri de yapısal ertelemecilerin kendilerini daha iyi hissetmelerini sağlamak; onları gayrı-ertelemecilere dönüştürmek değil. İçtenlikle söyleyebilirim ki, ertelemeden kurtulmanın kestirme, kolay, sağlam bir yolunu bilseydim bunu paylaşırdım. Umarım bu kitabı okuyarak kendinizi daha iyi hissetmiş ve ertelemeciliğe rağmen üretken olmayı başarabileceğinizin ayırdına varmışsınızdır. O halde, kendinizi bu kusurdan kurtarmaya çalışmaktansa, zamanınızı ve enerjinizi harcayacağınız daha önemli işleriniz olabilir. Belki de bu kitabı şimdi kapatmalısınız.

Ama yapısal ertelemeci olmaktan memnun değilseniz ve bir gayrı-ertelemeciye dönüşmek istiyorsanız, hiç durmayın. Size yardımcı olmak isterim. Ertelemecilere bu kötü alışkanlıklarını yenmede yardımcı ol-

mak için yazılmış bütün makaleleri, blog yazılarını ve kitapları okumuş değilim, ancak epey okuma yaptım ve daha fazlasını okumaya niyetlendim. Çoğu değil, ama bazıları faydalı oldu. Takip etmeniz ya da uzak durmanız gereken bazı içerikleri sıralamak istiyorum.

Makaleler

Dünya insanları ertelemenin korkunçluğuna ikna etmeye adanmış sayısız makaleyle dolu. Bunlardan biri de *Psychology Today* dergisinin editörlerinden Hara Marano tarafından kaleme alınmış. Alt başlığı şöyle: "Erteleme Huyunuz Size Engel mi Oluyor? Bilmeniz Gereken On Şey."* Sözü edilen on şeyin faydalı birkaç tavsiye olduğunu düşünebilirsiniz. Hayır. Bu on şeyin kendinizle ilgili pek de iç açıcı olmayan gerçekler olduğu ortaya çıkıyor.

Marano'nun büyük bir hevesle tebliğ ettiği bu gerçeklerden –ertelemecilerin yapmaları gereken işlerden kendilerini uzaklaştırması gibi– çoğunun zaten farkında olduğunuzdan adım gibi eminim. Diğer maddelerse sadece kendinizi daha kötü hissetmenize yol açacak. Mesela: Ertelemeciler otokontrol problem-

* Hara Estroff Marano, 23 Ağustos 2003. http://www.psychologytoday.com/articles/200308/procrastination-ten-things-know.

lerinden dolayı çok fazla içki içer ve erteleme huyu bağışıklık sistemlerine zarar verebilir. Öğrenmesi pek de hoş değil gibi, ne dersiniz? Bu tarz makalelerden uzak durmanızı tavsiye ediyorum. Bu tarz yazılar, zaten mustarip olduğunuzu bildiğiniz çeşitli meseleleri açıklamak için size yarı-bilimsel malzemeler sağlamaktan öteye gidemez ve sahip olabileceğiniz daha beter sorunlarınızla ilgili korkularınızı tetikler. Böyle makaleleri okumak anksiyeteye ve öz-nefrete yol açar, ancak erteleme eğiliminizle başa çıkmakta size bir fayda sağlamayacaktır.

Kitaplar

Aynı şeyler ertelemeyi konu alan pek çok kişisel gelişim kitabı için de söylenebilir. Pek çoğu, evvela ertelemeci olmanızdan ötürü ne kadar da korkunç biri olduğunuzu söyleyerek değişim yönünde sizi motive etmeye çalışmakla işe başlar. Sonra, bazen uzun uzadıya, tavsiyeler, egzersizler ve araçlar sunarak devam eder. Problem şudur ki bunları okumak, verilen egzersizleri yapmak ve tavsiyelere uymak ancak halihazırda ertelemeci olmayan birinin yapabileceği türde şeylerdir. Gerçek ertelemeci kişisel gelişim egzersizleriyle dolu böyle uzun, sıkıcı bir kitaba başlayabilir ama çok

yol alamaz, bu da kendini öncekinden daha da zavallı hissetmesiyle son bulur.

Bu durumun istisnası, Marano'nun makalesini yazarken danıştığı uzmanlardan biri olan Timothy Pychyl'in kaleme aldığı *The Procrastinator's Digest* [Ertelemeci Derlemesi] isimli kitaptır. Dr. Pychyl, yapmamız gerektiği varsayılan başka bir işten kaçınmanın bir yolu olarak kitabını okuduğumuzu tahmin ettiğini belirterek, çalışmasına iyi bir giriş yapar. Bu da okurlarına bir miktar içgörü sağlar.

Dr. Pychyl, bu ön kabulden yola çıkarak kitabını kısa ve akıcı tutacağını, böylece okurlarını kaybetmeyeceğini açıklar. Gerçekten de bu konuda iyi iş çıkarır. Bölümler kısadır. Her bölüm, kendinize tekrarlayacağınız ve yapışkan kâğıda yazıp buzdolabınıza yapıştıracağınız varsayılan bir mantrayla başlar. Bazı mantralar epey iyidir:

Şimdi iyi hissetmenin bir bedeli vardır.
Yarın bunu yapmayı canım daha da çok istemeyecek.
Hadi başlayalım.

Bütün mantralar da böyle başarı odaklı değildir. Mesela şunu o kadar da ilham verici bulmadım:

Kişiliğim öz-disiplin arızalarına hem olanak sağlıyor hem de direnç gösteriyor.

Bu notu buzdolabımıza astığımı ailem görse bana garip garip bakarlar herhalde.

Yine de, ertelemeyi geride bırakmaya kendinizi adayabiliyorsanız eğer, Dr. Pychyl'in kitabı size faydalı olacaktır, eminim.

Bununla birlikte daha dolaylı bir yaklaşımı da tercih edebilirsiniz. Ertelemeyi bırakmak istiyorsanız, muhtemelen ertelemenin sizi mutsuz ettiğini fark ettiğinizdendir. Belki de mutlu olma projenizi gündeme almalı ve ertelemeyi kendi haline bırakmalısınız. Mutluluğun ne olduğunu öğrenmek istiyorsanız filozoflara başvurmalısınız. Wikipedia'daki "Mutluluk Felsefesi" maddesiyle işe başlayın. Sonra da Stanford Online Encyclopedia of Philosophy [Stanford Çevrimiçi Felsefe Ansiklopedisi] sitesinde "mutluluk" kelimesini arayın ve çeşitli filozofların bu meseleyle ilgili ne dediğini okumak üzere makaleleri inceleyin. Daha sonra filozofların kendi eserlerini okuyun. Okuma işini bitirdiğinizde muhtemelen ölmüş olacaksınız, mutlu olsanız da olmasanız da.

8. bölümde de belirttiğim gibi –"Yan Faydalar"–, aşırı hevesli insanların çalışmalarından fayda sağla-

mak iyi bir fikirdir. Mutluluk meselesine dair sayısız insan, ilgili bütün felsefi ve psikolojik literatürü okuyarak kendi mutluluk araştırmalarını yürütüyor ve keşiflerini sunuyorlar.

Gretchen Rubin'in *The Happiness Project* [Mutluluk Projesi] kitabı da böyle hoş çalışmalardan biri. Kitap, Rubin'in mutluluğu bulmak ya da en azından halihazırda sahip olduğu mutluluğun fazlasını bulmak üzere sergilediği bir yıllık kararlı uğraşıya dair deneyimlerinin bir kaydı. Gretchen Rubin çok açık ki bir ertelemeci değil. Benim coşkulu başarılılar dediğim farklı bir türe dahil o. Rubin'in sıkı çalışmasından yarar sağlamak da bize kalmış. Onun kendi tatmin arayışının hikâyesiyle birlikte, kitabı, mutluluk psikolojisine dair oldukça okunaklı biçimde açıklanmış sayısız bilgiyle dolu. Hem Pychyl'in hem de Rubin'in kendi web siteleri var, yani kitaplarını beğenirseniz, daha fazlasını keşfetmek için çevrimiçi araçlardan da yararlanabilirsiniz.

Web Siteleri ve Çevrimiçi Araçlar

Pek çok kolej ve üniversite, ertelemecileri harekete geçirmeye yardımcı olacak programlara sahip. Materyallerin çoğu çevrimiçi ulaşılabilir durumda, bir kısmı epey faydalı ve alışıldık kişisel gelişim kitaplarına na-

zaran daha kısa. North Carolina Üniversitesi'nin sitesi en iyilerinden: writingcenter.unc.edu / resources / handouts-demos / writing-the-paper / procrastination

Asıl odak noktası yazmak (dönem ödevlerini ve benzer sorumluluklar) üzerine, ancak daha genel uygulamaları da konu ediniyor.

Sizi daha az ertelemeci kılmaya yardımı dokunacak çevrimiçi pek çok araç da mevcut. Google Takvim uygulaması belirli bir tarih ya da etkinlikten önce çeşitli aralıklarla sizi dürtecek hatırlatıcılar kurmanıza olanak sağlıyor. Diğer takvim uygulamalarının da benzer seçenekler sunduğundan eminim. Bu uygulamalar yalnızca kendinize bir şeyleri hatırlatmak için değil, kendinizi belirli konularda darlamak için de gayet kullanışlı. Takviminizde, örneğin saat 10'a, "vaktini boşa harcamayı bırak, çalışmaya başla" başlıklı bir etkinlik ayarlayabilirsiniz, takvim uygulamanız 9.30'dan itibaren birkaç dakikada bir sizi bildirimlerle dürtecektir. Google bunun gerçek bir etkinlik olup olmadığından bihaberdir tabii. Daha önce de tartıştığımız gibi, bir kez başladıktan sonra ertelemeyi durduracak iradeyi harekete geçirmek epey zordur. Bir alarm kurmak ya da sizi kendinize getirecek bir dizi dırdırcı e-posta hatırlatıcısı yaratmak daha az irade gerektirir.

Google, tıpkı Yahoo ve Microsoft Outlook gibi, bir yapılacaklar listesi uygulaması da sunuyor size. Ama epey ilginç ve kullanıma açık başka uygulamalar da mevcut; internette "yapılacaklar listesi" diye arama yapın ve çıkan seçeneklere bir göz atın. LazyMeter (lazymeter.com) bu iyi uygulamalardan biri. Bu siteyi ana sayfanız olarak da ayarlayabilirsiniz; uygulama böylece gönüllü çabanıza, erteleme-zedeleyen eylemlerinize gerek kalmadan tam cepheden size hücum eder. Site ayrıca başarılarınıza dair teselli verici istatistikler de sunuyor. Tamamlanmış görevlerinizin üstünü kalın kırmızı çizgilerle çizip görünür hale getirmiyor, ki ben böyle tercih ederdim, ya da bir işi tamamladığınızda güzel bir trampet sesi size eşlik etmiyor, ama insan her şeye sahip olamaz.

Ertelemeyi terk etmek için size yardımcı olacak materyaller aramanın da büyük tehlikeleri var elbette. Yapmanız gereken işleri yapmayıp siteden siteye dolaşarak epey bir zaman kaybedebilirsiniz. Bu alışkanlığı tümden bırakmakta size yardımı dokunacak mükemmel vasıtayı arama çabasına kendinizi kaptırmadan önce, kendinizi bir süre yapısal ertelemeci olarak kabul etmeyi de denemek isteyebilirsiniz.

İyi haber: Artık her şeyi ertelediğiniz için kendinizi kötü hissetmek zorunda değilsiniz. Dünyada ertelemeyi bir yaşam biçimi haline getirmiş sizin gibi çok insan var ve bu insanlar aslında pek çok şeyin altından kalkıp gayet de başarılı olabiliyorlar.

John Perry de parlak ve esprili bir üslupla yazılmış bu kitapta, ertelemenin bir kusur değil, aksine faydalı bir şey olduğunu, hatta bir "sanata" dönüşebileceğini gösteriyor.

Siz de teslim tarihleriyle arası iyi olmayan, hemen işe koyulmak yerine kaytarmayı seçen, faturaları ödemek yerine internette gezinen veya önemli işler dururken sürekli başka şeyler icat eden biriyseniz, bu kitap hayatınızı değiştirebilir. Burada önerilenleri yapmayı ertelemek ise elbette en doğal hakkınız...



ISBN: 978-975-570-680-1



30 TL (KDV'den muaftır.)

selyayincilik selyayin selyayincilik
www.selyayincilik.com